



Wichtige Kontakte:

Präsident
Diego Hildbrand | 079 349 29 00
TK
Rahel Ruppen | 079 561 87 53
TK
Janine Hildbrand | 077 461 04 83

Weitere Informationen unter:
www.stvgampel.ch



MONTAG

GERÄTERIEGE JUGEND

Wer	1. Primar bis 3. OS, Mädchen und Jungs
Wann	17.30 bis 19.00 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Carlo Eberhardt, Donat Rotzer, Joel Steiner, Diego Hildbrand, Julian Schmidt
Beginn	22. August 2022

FACHTEST ALLROUND

Was	Fachtest Allround
Wann	19.00 bis 20.00 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Fabian Mammone, Diego Hildbrand
Beginn	22. August 2022

DAMEN 3

Was	Turnen, Fitness, Walken usw.
Wann	20.00 bis 21.30 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Simone Brantschen, Claudia Hasler
Beginn	5. September 2022

DIENSTAG

LAUFGRUPPE*

Wer	Knaben und Mädchen ab 1. Primar bis 3. OS
Wann	18.00 bis 19.30 Uhr OS Sportplatz Gampel
Leitung	Fabian Mammone, Saskia Bitz
Beginn	23. August 2022

*Voraussetzung für die Teilnahme in der Laufgruppe ist, dass alle Teilnehmer*innen bereits rund 10 Minuten am Stück locker joggen können

35+

Wer	Damen und Herren ab 35 Jahren
Wann	20.15 bis 22.00 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Rita Schaller, Rainer Martig
Beginn	6. September 2022

MITTWOCH

LEICHTATHLETIK ZUSATZTRAINING

Wer	1. Primar bis 3. OS
Wann	18.00 bis 19.15 Uhr, Primarturnhalle Gampel
Leitung	Fabian Mammone
Beginn	24. August 2022

DONNERSTAG

KITU

Wer	Mädchen und Knaben im Kindergartenalter
Wann	16.30 bis 17.30 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Dennis Bamberg
Beginn	25. August 2022

LEICHTATHLETIK KLEIN

Wer	1. bis 3. Primar, Mädchen und Jungs
Wann	17.30 bis 18.45 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Fabian Mammone, Kai Tedeschi, Saskia Bitz
Beginn	25. August 2022

LEICHTATHLETIK GROSS + AKTIVE

Wer	ab 1. OS
Wann	18.45 bis 20.15 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Michelle Bilgischer
Beginn	25. August 2022

FIT4FUN

Wer	Frauen und Männer ab 16 Jahre
Wann	20.15 bis 22.00 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Viktor Leiggenger, Bernhard Rotzer, Christian Martig
Beginn	8. September 2022

FREITAG

ELKI

Wer	Mädchen und Buben im Vorschulalter
Wann	9.00 bis 09:55 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Daniela Rotzer, Marlen Hildbrand Carine Marty
Beginn	26. August 2022

GYMNASTIK JUGEND

Wer	1. bis 6. Primar
Wann	17.00 bis 18.30 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Saskia Vogel, Siena Arnold, Norah-Anne Zanella
Beginn	26. August 2022

FUNCTIONAL TRAINING

Wer	Frauen und Männer ab 18 Jahre (oder auf Anfrage)
Wann	18.30 bis 20.00 Uhr Primarturnhalle Gampel
Leitung	Han Sam Quach, Donat Rotzer
Beginn	durchgehend

LEICHTATHLETIK MITTEL

Wer	4. bis 6. Primar
Wann	18.30 bis 20.00 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Fabian Mammone, Armin Bregy
Beginn	26. August 2022

LAUFGRUPPE ZUSATZ

Wer	ab 4. Primar, motivierte Läuferinnen und Läufer (Teilnahme am Dienstag Training ist Voraussetzung)
Wann	18.30 bis 20.00 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Fabian Mammone
Beginn	2. September 2022

TEAM AEROBIC AKTIVE

Wer	Ab 16 Jahre
Wann	20.00 bis 22.00 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Carmen Providoli, Rahel Ruppen, Sarah-Maria Ruppen
Beginn	26. August 2022

DAMEN 2

Was	Aerobic, Spiel und Fitness
Wann	20.00 bis 21.30 Uhr Turnhalle Steg
Leitung	Nadia Amacker, Denise Bregy Ingeborg Bumann
Beginn	9. September 2022
