





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



stv  **gampel**

Trainingsorganisation 2023/2024

MONTAG

KiTu

Wer	Mädchen und Knaben im Kindergartenalter
Wann	16:30 - 17:30 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Dennis Bamberg, Carlo Eberhardt, & Diego Hildbrand,
Beginn	21. August 2023

Gymnastik gross

Wer	4. - 6. Klasse, Mädchen und Knaben
Wann	17:00 - 18:30 Uhr, Primarturnhalle Steg
Leitung	Lorena & Giuliana Summermatter
Beginn	28. August 2023

Geräteeige Beginners

Wer	1. Primar - 3. OS, Mädchen und Knaben
Wann	17:30 - 19:00 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Carlo Eberhardt, Diego Hildbrand & Julian Schmidt
Beginn	21. August 2023

Fachtest Allround

Wer	Frauen und Männer ab 16 Jahre
Wann	19:00 - 20:00 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Fabian Mammone & Diego Hildbrand
Beginn	21. August 2023

Damen 3

Was	Fitness, Walken, Turnen usw.
Wann	20:00 - 21:30 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Claudia Hasler
Beginn	4. September 2023

DIENSTAG

Laufgruppe

Wer	1. Primar - 3 OS, Mädchen und Knaben
Wann	18:00 - 19:30 Uhr, OS-Sportplatz Gampel
Leitung	Fabian Mammone & Saskia Bitz
Beginn	22. August 2023

Spiel, Spass und Volleyball

Wer	Frauen und Männer ab 35 Jahren
Wann	19:45 - 21:45 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Rita Schaller (079 25870 25) & Rainer Martig
Beginn	22. August 2023

MITTWOCH

Leichtathletik Zusatztraining

Wer	1. Primar - 3. OS, Mädchen und Knaben
Wann	18:00 - 19:15 Uhr, Primarturnhalle Gampel
Leitung	Fabian Mammone
Beginn	23. August 2023

DONNERSTAG

Geräteriege Fortgeschrittene*

Wer	1. Primar - 3. OS, Mädchen und Knaben
Wann	16:30 - 18:00 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Joel Steiner & Donat Rotzer
Beginn	24. August 2023

*Diese Gruppe richtet sich an Kinder und Jugendliche, welche bereits die Grundlagen beherrschen. Sind die Voraussetzungen nicht vorhanden, wird dem Kind bis spätestens den Herbstferien mitgeteilt, dass es zuerst in der Montagsgruppe teilnehmen muss und die Grundlagen lernen muss.

Leichtathletik klein

Wer	1.- 3. Primar, Mädchen und Knaben
Wann	18:00 - 19:15 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Fabian Mammone, Kai Tedeschi & Saskia Bitz
Beginn	24. August 2023

Leichtathletik gross & aktive

Wer	ab 1. OS, Frauen und Männer
Wann	19:15 - 20:45 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Michelle Bilgischer
Beginn	24. August 2023

FREITAG

ELKI

Wer	Mädchen und Knaben im Vorschulalter
Wann	09:00 - 09:55 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Daniela Rotzer, Marlen Hildbrand, Stephanie Schelling & Sabine Eberhardt
Beginn	25. August 2023

Gymnastik klein

Wer	1.-3. Primar, Mädchen und Knaben
Wann	17:00 - 18:30 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Siena Arnold & Norah-Anne Zanella
Beginn	25. August 2023

Functional Training

Wer	Frauen und Männer ab 18 Jahre (oder auf Anfrage)
Wann	18:30 - 20:00 Uhr Primarturnhalle Gampel
Leitung	Han Sam Quach, Donat Rotzer
Beginn	durchgehend

Leichtathletik mittel

Wer	4.-6. Primar, Mädchen und Knaben
Wann	18:30 - 20:00 Uhr, OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Armin Bregy & Kai Tedeschi
Beginn	25. August 2023

Damen 2

Was	Aerobic, Spiel und Fitness
Wann	20:00 - 21:30 Uhr OS-Turnhalle Gampel
Leitung	Ingrid Volken, Bettina Gruber & Christine Bregy
Beginn	8. September 2023
