

# WINTERTRAINING 2017/2018

Wochentag	Zeit	Ort	Thema	Teilnehmer	Haupttrainer
Montag	18:00	Bootshaus KCS	Kraft	A	
	18:00	Bootshaus KCS	Kraft	B	Thomas
Dienstag	18:00	Bootshaus KCS	Lauf/Koordination	A/B	Andre, Pascal
	18:00-19:15	Bootshaus KCS	Lauf/Koordination	C/D	Bettina
Mittwoch	18:00	KSS	Schwimmtraining	A/B	Stephan
	18:00	Bootshaus KCS	Kraft	B/C	Andreas, André
Donnerstag	18:15-20:00	Turnhalle Gräfler	Hallentraining	B/C/D	André
	19:05-21:30	Turnhalle Gräfler	Hallentraining	A/B	André
Freitag	18:00	Bootshaus KCS	Kraft	A	
	18:00	Bootshaus KCS	Kraft	B	
Samstag	10:00	Bootshaus KCS	Boot	A/B/C	Stephan, Moreno
Sonntag		offen	Diverses	Athleten	kein Trainer

## Kommentare

- Während Schulferien spezielle Abmachungen mit den Trainern
- Bei Verhinderung beim Haupttrainer abmelden!  
Es darf nie vorkommen, dass der Trainer alleine dasteht
- Für Wettkämpfer gilt, Ruhetag selbst bestimmen (Aufgaben, Schule etc.)
- Beginn der Trainings 10 Minuten nach Treffpunkt, 18:00 Treff, 18:10 Trainingsstart (umgezogen und bereit)

## Telefonnummern

André Benker	Trainer	078 797 11 65
Andreas Schori	Trainer	079 736 97 12
Bettina Lacher	Trainer	079 855 70 77
Stephan Mathys	Sportchef	079 411 61 85
Thomas Gasser	BTA	079 287 81 26

