

Trainingsplan Fitness

Januar-Juli 2026

Leiteradresse:

[Franz Beeler Tanne 14a, 8824 Schönenberg](#)

[Tel. Nat. 079 480 32 74](tel:0794803274)

[E-Mail fitness@tv-waedenswil.ch](mailto:fitness@tv-waedenswil.ch)

Datum:	Trainingsart/Wettkampf:	Besonderes:
06.01.2026	Neujahrsturnen TVW	Eidmatt-Turnhallen 2 und 3 Beginn: 20:15Uhr
13.01.2026	Winterfit	
20.01.2026	Unihockey/Technik	
27.01.2026	Kondition	
03.02.2026	Volleyball/ Technik	
10.02.2026	Spielabend	
16.02.- 01.03.2026	Sportferien	Kein Training
03.03.2026	Winterfit	
10.03.2026	Volleyball/Technik	
17.03.2026	Unihockey/Technik	
24.03.2026	Kraft/Spielabend	
31.03.2026	Volleyball/Technik	
07.04.2026	Unihockey/Technik	
14.04.2026	Basketball/Technik	
20.04.- 03.05.2026	Frühlingsferien	Kein Training
05.05.2026	Orientierungslauf	Eidmattareal Dem Wetter entsprechende Kleidung tragen
12.05.2026	Volleyball/Technik	
19.05.2026	Velo Plausch	19:00 Uhr Feld bei trockenem Wetter
26.05.2026	Spielabend	
02.06.2026	Outdoor-Training	Dem Wetter entsprechende Kleidung tragen
09.06.2026	Kondition	
16.06.2026	Volleyball/Technik	
23.06.2026	Velo Plausch	19:00 Uhr Feld bei trockenem Wetter
30.06.2026	Spielabend	
07.07.2026	Plausch-Triathlon	Treffpunkt: 18:30Uhr Start: 18:45Uhr Au-Haab, anschliessend bei Familie Brändli Ausklang mit Grillplausch
10.07.- 16.08.2026	Sommerferien	Jeden Dienstag Velo Plausch 19:00Uhr Feld bei trockenem Wetter