

## Trainingsplan Oktober/November 2019

**Bitte 24h vorher beim jeweiligen Trainer abmelden**

	Dienstag 18:00	Samstag 15:00	Samstag 16:30 Uhr
Dienstag, 1. Oktober 2019	Jana		
Samstag, 5. Oktober 2019		Urs	Urs
Dienstag, 8. Oktober 2019	Marc		
Samstag, 12. Oktober 2019		Urs	Urs
Dienstag, 15. Oktober 2019	Eva		
Samstag, 19. Oktober 2019		Marc	Marc
Dienstag, 22. Oktober 2019	Salomé		
Samstag, 26. Oktober 2019		Salomé	Salomé
Dienstag, 29. Oktober 2019	Marc		
Samstag, 2. November 2019		Urs	Urs
Dienstag, 5. November 2019	Jana		
Samstag, 9. November 2019		Urs	Urs
Dienstag, 12. November 2019	Jana		
Samstag, 16. November 2019		Urs	Urs
Dienstag, 19. November 2019	Salomé		
Samstag, 23. November 2019		Marc	Marc
Dienstag, 26. November 2019	Eva		
Samstag, 30. November 2019		Urs	Urs
Dienstag, 3. Dezember 2019	Jana		
Samstag, 7. Dezember 2019		Urs	Urs
Dienstag, 10. Dezember 2019	Niggi-Näggi (kein Training)		

Dienstag	Samstag 15:00 Uhr	Samstag 16:30 Uhr
Denise R.	Diana	Barbara
Gaby	Gaby	Elena
Jitka	Marc	Monique
Susanne	Marianne	Laura
Corinne	Salomé	Rita
Heidi	Susanne	Therese
Karin		

### Trainingsleiter

Urs Erhart

079 416 72 35

[urs.erhart@intergga.ch](mailto:urs.erhart@intergga.ch)

Eva Schläfli

079 769 48 39

[evaschlaefli@bluewin.ch](mailto:evaschlaefli@bluewin.ch)

Jana Spranger

078 742 84 17

[jana.spranger@gmail.com](mailto:jana.spranger@gmail.com)

Salomé Huggel

079 355 64 17

[s.huggel@bluewin.ch](mailto:s.huggel@bluewin.ch)

Marc Erne

076 415 81 39

[marc\\_erne@bluewin.ch](mailto:marc_erne@bluewin.ch)

Gaby Weder

079 573 11 29