

Turnprogramm AKTIVE HERREN FITNESS 2024

Treffpunkt: 20.05 Uhr Dreifachhalle Moosmättli
 Trainingsbeginn: 20.15 Uhr Dreifachhalle Moosmättli



 = Gesellschaftliche Anlässe
 = Helfereinsätze

Donnerstag	11.01.2024	Skifit Gesamtturnverein im Moosmättli
Donnerstag	18.01.2024	Skifit Gesamtturnverein im Moosmättli
Donnerstag	25.01.2024	Fit for "Schnee" / Ausdauer & Kraft mit Musik
Donnerstag	01.02.2024	Schneeschuhwanderung
Fasnachtsferien vom 03.02.2024 bis 18.02.2024		
Donnerstag	22.02.2024	Schlitteln
Donnerstag	29.02.2024	Kraft- und Ausdauertraining
Donnerstag	07.03.2024	Bauch- und Rückentraining inkl. Ausdauer
Donnerstag	14.03.2024	Hindernislauf
Donnerstag	21.03.2024	Kraft- und Ausdauertraining
Donnerstag	28.03.2024	Lauftraining auf Vitaparcours
Osterferien vom 29.03.2024 bis 14.04.2024		
Donnerstag	18.04.2024	Intervall-Training
Donnerstag	25.04.2024	Intervall-Training
Donnerstag	02.05.2024	".....der Wissemme oder Emme entlang..."
Donnerstag	09.05.2024	Auffahrt
Donnerstag	16.05.2024	Golfspielen in der Biosphäre
Mittwoch	22.05.2024	Aufstellen Schwingfest Hasle
Donnerstag	23.05.2024	Kraft- und Ausdauertraining
Donnerstag	30.05.2024	Fronleichnam
Donnerstag	06.06.2024	Bike-/E-Bike-Tour
Donnerstag	13.06.2024	Schwimmen
Donnerstag	20.06.2024	Wanderung auf die First/Jägerhüttli
Dienstag	25.06.2024	Picknick Gesamtturnverein
Donnerstag	04.07.2024	Badi-Time (Beach-Volleyball)
Sommerferien vom 06.07.2024. bis 18.08.2024		

Donnerstag	22.08.2024	Intensive Walking-Tour "Sunnsite"
Sonntag	25.08.2024	Klustaldenchilbi
Donnerstag	29.08.2024	Lauftraining mit Ausdauer

Donnerstag	05.09.2024	Überraschungs-Training
Sonntag	08.09.2024	Finishütten-Chilbi
Donnerstag	12.09.2024	Volleyball-Training mit Dimitri
Donnerstag	19.09.2024	Kraft- und Ausdauertraining
Donnerstag	26.09.2024	Kochabend
Herbstferien vom 28.09.2024 bis 13.10.2024		
Donnerstag	17.10.2024	Bauch- und Rückentraining inkl. Ausdauer
Donnerstag	24.10.2024	Darts-Turnier im Clublokal "Triple Wings"
Sonntag	27.10.2024	Swiss-City Marathon Luzern
Donnerstag	31.10.2024	Ping-Pong-Turnier
Donnerstag	07.11.2024	KEIN TRAINING / KALTER MARKT
Donnerstag	14.11.2024	Intervall-Training
Donnerstag	21.11.2024	Intervall-Training
Donnerstag	28.11.2024	Chlaushöck
Samstag	07.12.2024	GENERALVERSAMMLUNG
Donnerstag	12.12.2024	Spielstunde mit dem Ober-Turner
Donnerstag	19.12.2024	Schwimmen...und ab in den "Spalt"
Weihnachtsferien vom 21.12.2024 bis 05.01.2025		

chüpfheim

alle
Füdu
Franz V.
Pele
Bidu
Kusi
Tom
Clemi
Corine
Corine
Qudi
Pele
gemäss EP
Hebi
Bibi
Heusi
Hebi
Pele

Hebi
Spez. Pr.
Clemi

Willi
Spez. Pr.
Dimi Engel
Füdu
Bruno
Bidu
Hebi
gemäss EP
Pele
Corine
Lucia
Franz Schöpf.
alle
Füdu
Hebi

