

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	alle
Donnerstag	18.01.2024	Skifit Gesamtturnverein im Moosmättli	
Donnerstag	25.01.2024	Fit for "Schnee" / Ausdauer & Kraft mit Musik	
Donnerstag	01.02.2024	Schneeschuhwanderung	Füdu
Fasnachtsferien vom 03.02.2024 bis 18.02.2024			
Donnerstag	22.02.2024	Schlitteln	Franz V.
Donnerstag	29.02.2024	Kraft- und Ausdauertraining	Pele
Donnerstag	07.03.2024	Bauch- und Rückentraining inkl. Ausdauer	Bidu
Donnerstag	14.03.2024	Hindernislauf	Kusi
Donnerstag	21.03.2024	Kraft- und Ausdauertraining	Tom
Donnerstag	28.03.2024	Lauftraining auf Vitaparcours	Clemi
Osterferien vom 29.03.2024 bis 14.04.2024			
Donnerstag	18.04.2024	Intervall-Training	Corine
Donnerstag	25.04.2024	Intervall-Training	Corine
Donnerstag	02.05.2024	".....der Wissemme oder Emme entlang..."	Qudi
Donnerstag	09.05.2024	Auffahrt	
Donnerstag	16.05.2024	Golfspielen in der Biosphäre	Pele
Mittwoch	22.05.2024	Aufstellen Schwingfest Hasle	gemäss EP
Donnerstag	23.05.2024	Kraft- und Ausdauertraining	Hebi
Donnerstag	30.05.2024	Fronleichnam	
Donnerstag	06.06.2024	Bike-/E-Bike-Tour	Bibi
Donnerstag	13.06.2024	Schwimmen	Heusi
Donnerstag	20.06.2024	Wanderung auf die First/Jägerhüttli	Hebi
Dienstag	25.06.2024	Picknick Gesamtturnverein	
Donnerstag	04.07.2024	Badi-Time (Beach-Volleyball)	Pele
Sommerferien vom 06.07.2024 bis 18.08.2024			
Donnerstag	22.08.2024	Intensive Walking-Tour "Sunnsite"	Hebi
Sonntag	25.08.2024	Klustalden chilbi	Spez. Pr.
Donnerstag	29.08.2024	Lauftraining mit Ausdauer	Clemi
Donnerstag	05.09.2024	Überraschungs-Training	Willi
Sonntag	08.09.2024	Finishütten-Chilbi	Spez. Pr.
Donnerstag	12.09.2024	Volleyball-Training mit Dimitri	Dimi Engel
Donnerstag	19.09.2024	Kraft- und Ausdauertraining	Füdu
Donnerstag	26.09.2024	Kochabend	Bruno
Herbstferien vom 28.09.2024 bis 13.10.2024			
Donnerstag	17.10.2024	Bauch- und Rückentraining inkl. Ausdauer	Bidu

Donnerstag	24.10.2024	Darts-Turnier im Clublokal "Triple Wings"	Hebi
Sonntag	27.10.2024	Swiss-City Marathon Luzern	gemäss EP
Donnerstag	31.10.2024	Ping-Pong-Turnier	Pele
Donnerstag	07.11.2024	KEIN TRAINING / KALTER MARKT	
Donnerstag	14.11.2024	Intervall-Training	Corine
Donnerstag	21.11.2024	Intervall-Training	Lucia
Donnerstag	28.11.2024	Chlaushöck	Franz Schö
Samstag	07.12.2024	GENERALVERSAMMLUNG	alle
Donnerstag	12.12.2024	Spielstunde mit dem Ober-Turner	Füdu
Donnerstag	19.12.2024	Schwimmen...und ab in den "Spalt"....	Hebi
Weihnachtsferien vom 21.12.2024 bis 05.01.2025			