

**Aktive** (Hanspeter Feller 079 377 48 74 / hanspeter.feller@gmx.ch)

**Aktive/U18** Mehrkampftraining

Patrick Habegger	Wisacher Aussenanlage	Mo	18:00 – 20:30
Zuzana Bitar	Wisacher Aussenanlage	Mi	19:00 – 20:30 / 21:00
Pieter Du Preez	Krafttraining extern	Do	19:00 – 20:30

**U16** Mehrkampftraining

Silvia Killias	Wisacher Aussenanlage	Mo	18:30 – 20:30
Linus Müller	Wisacher Aussenanlage	Mi	18:30 – 20:30
Giulio Ghezzi	Krafttraining extern	Do	19:00 – 20:30
Katja Müller	Wisacher Aussenanlage	Fr	18:00 – 20:00

**Lauftraining U16 – U20 / Aktive**

Gian Marco Meier/Martin Knill	Wisacher Aussenanlage	Mo	19:00 – 20:30
Gian Marco Meier/Martin Knill	Wisacher Aussenanlage	Mi	18:00 – 20:30
Martin Knill, Sprintraining	Wisacher Aussenanlage	Fr	18:00 – 20:00

---

**Mädchen und Buben** (Roger Laube 079 267 83 18 / r.laube@snz.ch)

**U10** Alle Disziplinen

Carrie Wollscheid	Wisacher Aussenanlage	Mi	17:00 – 18:30
Kayo Onabanjo			
Matze Bittner			
Nadja Grolimund			

**U12** Alle Disziplinen

Iris Rüfenacht	Wisacher Aussenanlage	Mo	18:45 – 20:30
Sebastian Musschenga			
Jasmin Rüfenacht			
Rebecca Wiedmer			

**U14** Alle Disziplinen

Marcus Schwedhelm	Wisacher Aussenanlage	Mo	19:00 – 20:30
Katja Müller	Wisacher Aussenanlage	Fr	18:00 – 20:00
Marian Laube			

**Lauftraining U16 / U14 / U12**

Martin Knill	Wisacher Aussenanlage	Mi	17:00 – 19:00
Primus Greile			
Sabine Simmen			
Juan Rojano			
Marian Laube			

---

**Disziplinentrainings (auf Absprache)**

**Hochsprung:** Kayo Onabanjo    **Hürden:** Karin Disch

## LCR Fitness

Mehrkampf Plauschgruppe Mehrkampftraining  
Martina Zinggeler Wisacher Aussenanlage Mi 19:00 – 20:30

Seniorenfitness  
Walter Müller Watt Do 20:30 – 22:00  
Hans Peter Bachmann

### Damenfitness

Monika Sprunger Ruggenacher 2, untere Halle Mi 19:00 – 20:00

### Übersicht Hallenbelegung Sommer 22

	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>
<b>17:30 - 18:00</b>			Wis 1-3		
<b>18:00 - 18:30</b>			Wis 1-3		
<b>18:30 - 19:00</b>			Wis 1-3		
<b>19:00 - 19:30</b>	Wis 1-3	Rug1	Wis 1-3		
<b>19:30 - 20:00</b>	Wis 1-3	Rug1	Wis 1-3		
<b>20:00 - 20:30</b>	Wis 1-3	Rug1	Wis 1-3		
<b>20:30 - 21:00</b>				Watt	
<b>21:00 - 21:30</b>				Watt	
<b>21:30 – 22:00</b>				Watt	

LCR, 30.05.2022