



Jahresübersicht Saison 2021 / LA Jugend TVO

Jan 21		Feb 21		Mär 21		Apr 21		Mai 21		Jun 21	
J+S Trainingsplan Saison 2021 18.15 Uhr - 19.45 Uhr Mösi, Kilchgrundstr. 25, 3072 Ostermündigen Kursleiter Trainer C Brönnimann Markus Leiterin Poly Rutishauser Carole		1 Mo	5	1 Mo	9	1 Do	Kugel Sprint	1 Sa	Tag der Arbeit	1 Di	Ball Kugel
		2 Di	Zoom Kraft	2 Di	Polysport	2 Fr	Karfreitag	2 So		2 Mi	
		3 Mi		3 Mi		3 Sa		3 Mo	18	3 Do	Sprint Drehwurf
		4 Do	Zoom Kraft	4 Do	Weit Kraft	4 So	Ostern	4 Di	Sprint Drehwurf	4 Fr	
		5 Fr		5 Fr		5 Mo	Ostermontag	5 Mi		5 Sa	UBS Kids-Cup Schwarzenburg
4 Mo	1	6 Sa		6 Sa	Skirennen Metschalp Abgesagt	6 Di	Ball Weit	6 Do	Hoch Weit	6 So	
5 Di	Sprint Kraft	7 So		7 So		7 Mi		7 Fr		7 Mo	23
6 Mi	3 Könige	8 Mo	6	8 Mo	10	8 Do	Spielabend	8 Sa		8 Di	Polysport
7 Do	Weit Kraft	9 Di	Polysport	9 Di	Sprint Kraft	9 Fr		9 So		9 Mi	
8 Fr		10 Mi		10 Mi		10 Sa		10 Mo	19	10 Do	Hoch Weit
9 Sa		11 Do	Kondition	11 Do	Hoch Kraft	11 So		11 Di	Polysport	11 Fr	
10 So		12 Fr		12 Fr		12 Mo	15	12 Mi		12 Sa	
11 Mo	2	13 Sa		13 Sa		13 Di		13 Do	Auffahrt	13 So	
12 Di	Polysport	14 So		14 So		14 Mi		14 Fr		14 Mo	24
13 Mi		15 Mo	7	15 Mo	11	15 Do		15 Sa	UBS Kids-Cup Oberburg	15 Di	Ball Weit
14 Do	Zoom Kraft	16 Di	Weit Kraft	16 Di	Polysport	16 Fr		16 So	UBS Kids-Cup Kirchberg	16 Mi	
15 Fr		17 Mi		17 Mi		17 Sa		17 Mo	20	17 Do	Kugel Sprint
16 Sa		18 Do	Hoch Kraft	18 Do	Wurf Kraft	18 So		18 Di	Hoch Weit	18 Fr	
17 So		19 Fr		19 Fr		19 Mo	16	19 Mi		19 Sa	
18 Mo	3	20 Sa		20 Sa		20 Di		20 Do	Speer Sprint	20 So	
19 Di	Zoom Kraft	21 So		21 So		21 Mi		21 Fr		21 Mo	25
20 Mi		22 Mo	8	22 Mo	12	22 Do		22 Sa	UBS Kids-Cup Ostermündigen	22 Di	Polysport
21 Do	Zoom Kraft	23 Di	Wurf Kraft	23 Di	Weit Kraft	23 Fr		23 So	Pfingsten	23 Mi	
22 Fr		24 Mi		24 Mi		24 Sa		24 Mo	Pfingstmontag	24 Do	Speer Sprint
23 Sa		25 Do	Sprint Kraft	25 Do	Kugel Kraft	25 So		25 Di	Polysport	25 Fr	
24 So		26 Fr		26 Fr		26 Mo	17	26 Mi		26 Sa	
25 Mo	4	27 Sa		27 Sa		27 Di	Polysport	27 Do	Stabhoch Speer	27 So	
26 Di	Zoom Kraft	28 So	Skirennen Metschalp Abgesagt	28 So	Beginn der Sommerzeit	28 Mi		28 Fr		28 Mo	26
27 Mi				29 Mo	13	29 Do	Weit Ball	29 Sa		29 Di	Ball Weit
28 Do	Zoom Kraft			30 Di	Polysport	30 Fr		30 So		30 Mi	
29 Fr				31 Mi				31 Mo	22		



Jahresübersicht Saison 2021 / LA Jugend TVO

Jul 21		Aug 21		Sep 21		Okt 21		Nov 21		Dez 21	
1 Do	Spielabend	1 So	31	1 Mi		1 Fr		1 Mo	44	1 Mi	Eisbahn Weyermannshaus
2 Fr		2 Mo		2 Do	Ball Kugel	2 Sa		2 Di	Wurf Kraft	2 Do	Hoch Kraft
3 Sa		3 Di		3 Fr		3 So		3 Mi		3 Fr	
4 So		4 Mi		4 Sa		4 Mo	40	4 Do	Stabweit Kraft	4 Sa	
5 Mo	27	5 Do		5 So		5 Di		5 Fr		5 So	
6 Di		6 Fr		6 Mo	36	6 Mi		6 Sa		6 Mo	49
7 Mi		7 Sa		7 Di	Polysport	7 Do		7 So		7 Di	Polysport
8 Do		8 So	JULA Fiesch UBS Kids Cup Kirchberg	8 Mi		8 Fr		8 Mo	45	8 Mi	
9 Fr		9 Mo	JULA Fiesch 32	9 Do	Hoch Ball	9 Sa	Grand-Prix Bern	9 Di	Polysport	9 Do	Kondition
10 Sa		10 Di	JULA Fiesch	10 Fr		10 So		10 Mi		10 Fr	
11 So		11 Mi	JULA Fiesch	11 Sa		11 Mo	41	11 Do	Kondition	11 Sa	
12 Mo	28	12 Do	JULA Fiesch	12 So		12 Di		12 Fr		12 So	
13 Di		13 Fr	JULA Fiesch	13 Mo	37	13 Mi		13 Sa		13 Mo	50
14 Mi		14 Sa	JULA Fiesch	14 Di	Staffeln	14 Do		14 So		14 Di	Sprint Kraft
15 Do		15 So		15 Mi		15 Fr		15 Mo	46	15 Mi	
16 Fr		16 Mo	33	16 Do	Laufschule Kraft	16 Sa		16 Di	Ninja Warrior	16 Do	Spieltturnier mit den Aktiven
17 Sa		17 Di	Ball Kugel	17 Fr		17 So		17 Mi		17 Fr	
18 So		18 Mi		18 Sa		18 Mo	42	18 Do	Sprint Kraft	18 Sa	
19 Mo	29	19 Do	Badi Ostermundigen	19 So		19 Di	Hoch Kraft	19 Fr		19 So	
20 Di		20 Fr		20 Mo	38	20 Mi		20 Sa		20 Mo	51
21 Mi		21 Sa		21 Di	Polysport	21 Do	Weit Kraft	21 So		21 Di	Polysport
22 Do		22 So	UBS Kids-Cup Kant Final	22 Mi		22 Fr		22 Mo	47	22 Mi	
23 Fr		23 Mo	34	23 Do	Spielabend	23 Sa		23 Di	Polysport	23 Do	Spielabend / Wichteln
24 Sa		24 Di	Polysport	24 Fr		24 So	Ende der Sommerzeit	24 Mi		24 Fr	Heiligabend
25 So		25 Mi		25 Sa		25 Mo	43	25 Do	Weit Kraft	25 Sa	Weihnacht
26 Mo	30	26 Do	Sprint Weit	26 So		26 Di	Polysport	26 Fr		26 So	Stephanstag
27 Di		27 Fr		27 Mo	39	27 Mi		27 Sa		J+S Trainingsplan Saison 2021 18.15 Uhr - 19.45 Uhr Mösli, Kichgrundstr. 25, 3072 Ostermundigen Kursleiter Trainer C Brönnimann Markus Leiterin Poly Rutishauser Carole	
28 Mi		28 Sa		28 Di		28 Do	Kondition	28 So			
29 Do		29 So		29 Mi		29 Fr		29 Mo	48		
30 Fr		30 Mo	35	30 Do		30 Sa	Lotto TVO / Tell	30 Di	Hoch Kraft		
31 Sa		31 Di	Sprint Weit			31 So	Lotto TVO / Tell				