Frühjahrskurs RESSORT JUGEND
2. April 2011, MENZINGEN, Sporthalle Ochsenmatt

Kursleitung: Daniela Leuenberger
GruppenleiterInnen: Irene Marti, Sarah Greter, Mirjam Nussbaumer, Severin Püntener und Guschi
TeilnehmerInnen: 24 Teilnehmer (per 27. März 2011)

KURSPROGRAMM

	HALLE I		HALLE II / III	
08.15 Uhr pünktlich	Begrüssung, Appell	*Guschi*		
08.20 - 09.20 Uhr	aufwärmen und kräftigen einmal anders…..	*Irene Marti*		
09.25 - 10.25 Uhr	Gesundheitslektion "Rückentraining"	*Mirjam Nussbaumer*	LA: Sprint	*Sarah Greter*
10.30 - 11.30 Uhr	Gesundheitslektion "Rückentraining" Wiederholungslektion	*Mirjam Nussbaumer*	LA: Sprint Wiederholungslektion	*Sarah Greter*
11.30 -11.50 Uhr	Pause (Kaffee und .....)			
11.50 - 12.50 Uhr	STV Jugihit "Rhytmus"	*Guschi*	Kinball "öppis Nüüs"	*Severin Püntener*
12.55 - 13.55 Uhr	STV Jugihit "Rhytmus" Wiederholungslektion	*Guschi*	Kinball "öppis Nüüs" Wiederholungslektion	*Severin Püntener*
13.55 - 14.15 Uhr	News aus dem STV / ZGTV Zuger Kant. Jugitag 2011, Cham anschl. schriftl. Kursauswertung	*Guschi*		