

### Gruppenverantwortliche U10

Beatrice Balmer, Jungfraustrasse 80, 3800 Interlaken  
Tel. 079 338 08 17, e-mail: [beatrice.balmer@hotmail.com](mailto:beatrice.balmer@hotmail.com)

## Trainingsprogramm Sommer 2018 U10 / Jahrgänge 2009 – 2011 (ab 1. Klasse)

### Allgemeine Informationen für die Eltern/Kinder

- Trainingszeit/-ort* **BZI Rundbahn**, Obere Bönigstrasse, 3800 Interlaken  
**Donnerstag 17.30 - 19.00 Uhr**
- Leiterteam* Lara Wüthrich (079 209 11 79) und Beatrice Balmer
- Ausrüstung* Die Trainings finden immer auf der Aussenanlage im Freien statt.  
In jedem Fall wettertaugliche Ausrüstung mitbringen (Regenjacke, Regenhose, Trainer, Sonnenhut, Sonnenschutz).
- Verpflegung* In jedes Training bitte **angeschriebene** Trinkflasche mit Wasser oder ungesüsstem Tee mitbringen (kein Sirup!).
- Programm* Bitte den Trainingsplan beachten!  
Einzelne Trainings finden an anderen Orten oder zu anderen Zeiten statt.
- Jahresmeisterschaft* Sommerdisziplinen: Schnällscht Bödeler (Teilnahme), UBS Kids Cup (Teilnahme), Minigolf  
ganzjährig: Trainingsbesuch, LA-Teste
- Wettkämpfe* An den wenigen ausgewählten Wettkämpfen wollen wir möglichst mit vielen Kindern teilnehmen. Spezielle Programme/Anmeldungen werden per Mail versendet. Reserviert euch also die aufgeführten Anlässe. (fettgedruckt)  
An Wettkämpfen ist Elternbetreuung unerlässlich. Das Leiterteam ist nur für den Wettkampfablauf verantwortlich.
- Wichtig* Sollte Ihr Kind am Training verhindert sein, bitten wir Sie, uns **dies per SMS/Tel. mitzuteilen** (Kontrolle).

Datum	Einlaufen	Hauptteil	Abschluss
26. April	Einlaufen, kl. Spiele	Startübungen / Laufschiule	Spiel
<b>28. April (Samstag)</b>		<b>Trainingstag auf dem BZI</b> Weitere Infos und Anmeldung: <a href="http://www.tvunterseen.ch">www.tvunterseen.ch</a>	
03. Mai	Einlaufen, kl. Spiele	Sprint – Koordination / Weitsprung	1000 m
<b>05. Mai (Samstag)</b>		<b>Schnällscht Bödeler, BZI</b> Anmeldung unter <a href="http://www.tvunterseen.ch">www.tvunterseen.ch</a> Helfereinsatz der Eltern: Kuchen backen (Infos folgen)	
10. Mai		<b>Auffahrt – kein Training</b>	
17. Mai	Einlaufen, kl. Spiele	<i>Gspändli-Aabe (jedes Kind darf einen oder eine Kollegin/-en mitbringen)</i> Sprint – Stafetten / Ball	Américaine
24. Mai	Einlaufen, kl. Spiele	Weitsprung / Ball	Spiel
31. Mai	Einlaufen, kl. Spiele	Sprint - Laufschiule / Weit	1000 m
<b>02. Juni (Samstag)</b>		<b>Die schnällschte Oberländer, BZI;</b> Qualifikation beim Bödeler notwendig	
<b>03. Juni (Sonntag)</b>		<b>UBS Kids Cup; BZI</b> Weitere Infos und Anmeldung: <a href="http://www.tvunterseen.ch">www.tvunterseen.ch</a>	
07. Juni	Einlaufen, kl. Spiele	Drehwurf / Sprint - Koordination	Stafetten
14. Juni	Einlaufen, kl. Spiele	Weitsprung / LA-Test 3: Gummitwist	Spiel
21. Juni	Einlaufen, kl. Spiele	Hochsprung / Ball	1000 m
28. Juni	Einlaufen, kl. Spiele	<b>Minigolf</b> Treffpunkt um 17.30 Uhr beim Bödelibad - Weitere Infos folgen	
05. Juli	Einlaufen, kl. Spiele	Spieltturnier	

Datum	Einlaufen	Hauptteil	Abschluss
12. Juli, 19. Juli, 26. Juli, 02. Aug., 09. Aug.		Sommertraining gemeinsam mit U12 jeweils donnerstags, 18.00-20.00 Uhr. Weitere Infos und Anmeldung folgen	
16. Aug.		Weitsprung / Ball	Américaine
<b>19. Aug. (Sonntag)</b>		<b>Grosses Meeting für die Kleinen, Bern Wankdorf;</b> Anmeldung und Infos folgen	
23. Aug.		Sprint / Ball	1000 m
30. Aug.		Hürden / Stabweitsprung	Spiel
06. Sept.		Sprint – Staffetten / Weitsprung	1000 m
13. Sept.		Spieleabend Anschliessend gemeinsames Kuchenessen	
<b>19. Sept. (Mittwoch)</b>		<b>Schlussveranstaltung Aula Unterseen, Infos folgen</b>	

Trainingsbeginn Winter voraussichtlich in der Woche 43/2018. Information an der Schlussveranstaltung.

Wir freuen uns auf viele schöne Trainings mit Euch!

Euer Leiterteam  
Lara und Bea

#### Weitere Wettkämpfe (mit Qualifikation)

So, 01.07. Kantonalfinal Sprint, Lyss  
So, 26.08. Kantonalfinal UBS Kids Cup, Kirchberg  
Sa, 15.09. Kantonalfinal Mille Gruyère (1000m), Gümligen



[www.garage-zimmermann.ch](http://www.garage-zimmermann.ch)

turnverein unterseen · postfach 251 · 3800 unterseen