

Fitnessprogramm Sommer 2022

Datum	Programm
29. April	Circuit / Spiel
6. Mai	Bodyforming / Spiel
8. Mai Eröffnungsmeeting Grendelmatte	
13. Mai	Fussballtraining mit Jürg
20. Mai	Circuit / Spiel
27. Mai	Vitaparcour Otterbach Treffpunkt 19.00
3. Juni	Volleyball mit Yvonne Binkert
10. Juni	Bodyforming / Spiel
11. / 12. Juni Einkampfmeisterschaft BS/BL Grendelmatte	
17. Juni	Rheinschwimmen Treffpunkt 19.00 Tinguely Museum
24. Juni	Bodyforming / Spiel
24. - 26. Juni Dorffest Riehen	
1. Juli	Kraft/Rumpf / Spiel
9. Juli	Grendeli individuell
15. Juli	Grendeli individuell

Datum	Programm
22. Juli	Rheinschwimmen
29. Juli	Grendeli Bodyforming mit Lisbeth Essen Tennisplatz Gugi
5. August	Minigolf Treffpunkt 18.30 Pratteln Ergolz anschliessend Essen Pizzeria Freidorf
12. August	Grendeli individuell Rheinschwimmen
19. August	18.30 Velotour / Dänny Beck Treffpunkt Eingang Hörnli am Grenzacherweg
26. August	Bodyforming / Spiel
27. / 28. August SM U16/U18 Grendelmatte	
2. Sept.	Circuit / Spiel
9. Sept.	Fussballtraining mit Jürg
16. Sept.	Circuit / Spiel
17. September Schlussturnen Grendelmatte	
23. Sept.	Kraft/Rumpf / Spiel
30. Sept.	Spielstunde
21. Okt.	1. Turnstunde in der Halle

Nach dem Training treffen wir uns im Rest. Sängerstübli.
 Bei schlechten Witterungsverhältnissen steht uns von 19.00 - 20.45 die Halle 1 im Wassi zur Verfügung,
 es wird jeweils um 18.00 per WhatsApp bekannt gegeben.
 Vers. 16. Juni 2022