

Trainingsplan Sommer 2025

(Trainingsbeginn: Dienstag, 22. April 2025)



Tag	Zeit	Ort	Jahrgang	Thema	Leiter
Mo	18. ¹⁵ – 19. ⁴⁵	Wühre	2016 und älter	Technik	Niklaus & Christine
Do	18. ¹⁵ – 19. ⁴⁵	Wühre	2016 und älter	Technik/Lauf	Niklaus & Christine
Sa	11. ⁰⁰ – 13. ⁰⁰	Wühre	nach Absprache	Lauf	Niklaus

**Wettkampfübersicht, Fotos und weitere wichtige Infos findet ihr auf
www.tvappenzell.ch/riegen/leichtathletik**

J&S-Coach: Roman Pracht
Wettkampfchef: Remo Manser, Möserwies 9a, 9050 Appenzell 078 673 00 91
Administration: Yvette Pracht

Adressen der Leiter:

Niklaus Pracht Ob. Hirschbergstrasse 34 9050 Appenzell 079 283 97 38
Christine Kaiser Kohlhalden 9A 9042 Speicher 079 457 57 21
Nadine Brülisauer Brülisauerstrasse 39 9058 Brülisau 075 428 33 38