

Gruppenverantwortlich

Rolf Häberli, Brunngasse 98, 3800 Matten
+41 79 575 11 11, rolf.haeberli@gmail.com

Till Aerni, Hintere Scheidgasse 22A, 3800 Unterseen
+41 79 848 73 93, till.aerni@bluewin.ch

Lukas Sieber, Schwalmerenweg 7, 3800 Interlaken
+41 79 628 01 24, sieber.lukas@gmail.com



Trainingsprogramm Sommer 2025

U18 - Athletics – Jahrgänge 2009 und älter

Trainingszeit/-ort

BZI Interlaken
Dienstag und Freitag 19:15-21:15 Uhr

zusätzliche Trainings sind möglich:

Mo: Hürden/Sprint (Kontakt: Schöbi)

Mi: Sprint (vor allem U18, Lars)

Do: Stab + ETF Vorbereitung

Trainingsleiter

Rolf Häberli (Di), Lukas Sieber (Fr), Till Aerni (Fr)

Wettkämpfe

Unser Saisonziel ist das ETF in Lausanne sowie der LMM welche wir als Team erleben werden. Dazu sind viele individuelle Wettkämpfe möglich.

Abmeldung

Persönlich, **bis am Mittag** per Nachricht an den jeweiligen Leiter melden.

Datum	Leiter	Start	Hauptteil	Schluss
Di. 22.04.	Häbi	Spiel	Sprint Speer	60/80/100/120
25/26.04.	Trainingsweekend, spezielles Programm (anmelden!)			
Di. 29.04.	Häbi		Sprint, Weit	80/100/120/100
Fr. 02.05.	Till		Hoch, Kugel	Lauf
Di. 06.05.	Häbi		Hürden, Speer	100/120/140/100
Fr. 09.05.	Lukas		Hoch	Lauf
Di. 13.05.	Häbi		Weit, Kugel	100/120/140/120
Fr. 16.05.	Häbi		Hürden, Diskus	Lauf
Di. 20.05.	Häbi		Sprint / Start, Hoch,	120/120/140/100
Fr. 23.05.	Lukas		Weit, Kugel	Lauf
24./25.05.			Kantonale Meisterschaften Nachwuchs	Thun
Di. 27.05.	Häbi		Hoch, Speer	120/120/140/100
Fr. 30.05.	Till		Sprint Starts, Kugel	Lauf
Di. 03.06.			LMM Vorrunde Start ca 18.00 Uhr	
Fr. 06.06.	Lukas		Hürden, Diskus	Lauf
<i>Sa/So 7./8.6.</i>			<i>Oberländer und Kids Cup Helfereinsatz!</i>	
Di. 10.06.	Häbi		Individuelles Training, Wettkampfvorbereitung	100/80/60
Fr. 13.06.			Wohl kein Training (ETF Einzel, Infos folgen)	
12.-15.6.			Eidgenössisches Turnfest Einzel	Lausanne
Di. 17.06.	Häbi		Sprint (inkl Pendelstaffette), Individuelle Vorbereitung	
Fr/Sa 20/21.6.			Eidgenössisches Turnfest Sektion	Lausanne

Datum	Leiter	Start	Hauptteil	Schluss
Di. 24.06.	Lars		Jahresmeisterschaft Minigolf Treffpunkt Bödelibad	
Fr. 27.06.	Lukas		Stab	Spiel
Di. 01.07.	Häbi		Hürden	
Fr. 04.07.	Lukas		Hoch	Lauf
Di. 08.07.	??		Sprint, Speer	
Fr. 11.07.	Till		Weit, Kugel	
Di. 15.07.	??		Stab	
Fr. 18.07.	Lukas		Hoch, Diskus	
Di. 22.07.	??		Hürden	
Fr. 25.07.	Till		Starts / Sprint, Weit	
Di. 29.07.	Häbi		Hoch, Kugel	
Fr. 01.08.			Bundesfeier Stadthausplatz	
Di. 05.08.	Häbi		Weit, Kugel	
Fr. 08.08.	Lukas		Hoch, Diskus	
Di. 12.08.	Lars/Häbi		Jahresmeisterschaft LA Wettkampf	
Fr. 15.08.	Till		Hürden, Speer	
16./17.8.			Biketour	????
Di. 19.08.	Häbi		Weit, Kugel	
Fr. 22.08.	Lukas		Hoch, Speer	
Di. 26.08.	Häbi		Starts, Weit	120/120/150/120
Fr. 29.08.	Till		Hürden	
Di. 02.09.	Häbi		Hoch, Kugel	
Fr. 05.09.	Lukas		Starts, Weit	
Fr/Sa 05./06.09.			Junfrau Minirun und Marathon Helfereinsatz	
Sa 06.09.			SVM Aktive mit LG Thun	Bern
Di. 09.09.	Häbi		Hoch, Kugel	
Fr. 12.09.			Fussballmatch vs TV Matten	
Sa./So. 13./14.09.			SM Nachwuchs Einzel	
Di. 16.09.	Häbi		LMM Vorbereitung	
Fr./Sa. 19./20.09.			LMM Final	BZI
Di. 23.09.			Ferien...	
Di. 14.10			Jahresmeisterschaft Jassen	

Anlässe Sommer 2025

Trainingslager/ Trainingsweekend
LMM Vorrunde
Eidgenössisches Turnfest Einzel
Eidgenössisches Turnfest Sektion
LMM Final Interlaken

tbd
Mai/Juni
12.-15. Juni
19.-22. Juni
19./20. September