

Trainingsplan 2023 Opti Gruppe 1*

Daten	Zeit	Anlass	Trainer	Bemerkungen
29. April	10. ⁰⁰ - 10. ³⁰ 10. ³⁰ - 15. ⁰⁰	Eltern-Information Training	Thomas Knapp, Ivan McBean, Micha Hess	Eltern & Kid's Bootszuteilung
06. Mai	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Thomas Knapp	+ Micha Hess
13. Mai	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Thomas Knapp	
20. Mai	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Lilly-Anne Brugger	
27.+28. Mai	nach Ansa	ev. Regatta*** Hall- wilerseemeisterschaft	Dani Aumer, Micha Hess Tim + Daniel Wassmer	nur Regatta, kein Training
03. Juni	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Dani Aumer	
10. Juni	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Dani Aumer	
17. Juni	nach Ansa	Regatta*** Clubmeisterschaft	Thomas Knapp, Ivan McBean, D. Wassmer	nur Regatta, kein Training
24. Juni	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Ivan McBean	
01. Juli	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Thomas Knapp	
ab 8. Juli Sommerferien / Sommerferienkurs 17.7.- 19.07. u. 4.8.-6.8. gem. separatem Programm				
19. August	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Thomas Knapp	
26. August	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Micha Hess	
03. Sept.	nach Ansa	Regatta*** Blaubändchen	Daniel Wassmer Dani Aumer, Ivan McBean	SONNTAG, nur Re- gatta, kein Training
09. Sept.	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Lilly-Anne Brugger	
16. Sept.	11. ³⁰ - 14. ³⁰	Training	Lilly-Anne Brugger	
23. Sept	10. ⁰⁰ - 16. ⁰⁰	Abschlusstraining***, Auswassern der Boote	Thomas Knapp Sergio Palomba Daniel Wassmer	mit anschlies- sendem Höck mit Eltern und Geschwister

* = den Kindern immer einen Lunch mitgeben

Trainingsplan 2023 Opti Gruppe 2

Daten	Zeit	Anlass	Trainer	Bemerkungen
29. April	10. ⁰⁰ - 10. ³⁰ 10. ³⁰ - 15. ⁰⁰	Eltern-Information Training	Thomas Knapp, Ivan McBean, Micha Hess	Eltern & Kid's Bootszuteilung
06. Mai	14. ³⁰ - 17. ³⁰	Training	Ivan McBean	
13. Mai	14. ³⁰ - 17. ³⁰	Training	Tim Wassmer	
20. Mai	14. ³⁰ - 17. ³⁰	Training	Lilly-Anne Brugger	
27.+	nach Ansa	Regatta*** Hallwiler- seemeisterschaft	Dani Aumer, Micha Hess Tim + Daniel Wassmer	nur Regatta, kein Training
3.+ 4. Juni	nach Ansa	Regio Cup Sempachersee	Daniel Wassmer, Ivan McBean, Micha Hess	für Nichtteilnehmer Training Gruppe 1
10. Juni	14. ³⁰ - 17. ³⁰	Training	Sergio Palomba	
17. Juni	nach Ansa	Regatta*** Clubmeisterschaft	Thomas Knapp, Ivan McBean, D. Wassmer	nur Regatta, kein Training
24. Juni	14. ³⁰ - 17. ³⁰	Training	Sergio Palomba	
1.+ 2. Juli	nach Ansa	Regio Cup Beinwil	Tim Wassmer, Ivan McBean, Micha Hess	für Nichtteilnehmer Training Gruppe 1
ab 8. Juli Sommerferien / Sommerferienkurs 17.7.- 19.07. u. 4.8.-6.8. gem. separatem Programm				
19. August	14. ³⁰ - 17. ³⁰	Training	Sergio Palomba	
26. August	14. ³⁰ - 17. ³⁰	Training	Lilly-Anne Brugger	
03. Sept.	nach Ansa	Regatta*** Blaubändchen	Daniel Wassmer Dani Aumer, Ivan McBean	SONNTAG, nur Re- gatta, kein Training
09. Sept.	14. ³⁰ - 17. ³⁰	Training	Ivan McBean	
16. Sept.	14. ³⁰ - 17. ³⁰	Training	Tim Wassmer	
23. Sept	10. ⁰⁰ - 16. ⁰⁰	Abschlusstraining***, Auswassern der Boote	Sergio Palomba Tim Wassmer Daniel Wassmer	mit anschlies- sendem Höck mit Eltern und Geschwister