

Trainingsplan Winter 2023/24 HuLa OL

Datum	Training klein (Jg. 2009 u. jünger)	Training gross (Jg. 2008 u. älter)	Bemerkungen
Do. 19. Oktober	Kartentraining Campus Perspektiven 18.00 – 19.30 Campus Perspektiven, Schwarzenbach b. Huttwil		
Do. 26. Oktober	Kartentraining Hard Langenthal 18.00 – 19.30 Ort folgt		
Do. 2. November	Hallentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining 18.30 – 20.00 TH Schwarzenbach	
Do. 9. November	Ausstentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining* 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	
Do. 16. November	Hallentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining 18.30 – 20.00 TH Schwarzenbach	
Do. 23. November	Ausstentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining* 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	
Do. 30. November	Spielturnier 18.30 – 20.00 TH Schwarzenbach		Mit anschliessendem Glühmost trinken am Weihnachtsmarkt Huttwil (freiwillig)
Do. 7. Dezember	Ausstentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining* 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	
So. 10. Dezember	Hallenbad-Longjogg		
Do. 14. Dezember	Hallentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining 18.30 – 20.00 TH Schwarzenbach	
Do. 21. Dezember	Weihnachtstraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal		
Weihnachtsferien			
Do. 11. Januar	Hallentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining 18.30 – 20.00 TH Schwarzenbach	
Do. 18. Januar	Ausstentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining* 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	
Sa. 20. Januar	Circuit de Collines		Das legendäre OL-Training auf Hans Kohlers Hof. Nicht verpassen! ☺
Do. 25. Januar	Spielturnier 18.30 – 20.00 TH Schwarzenbach		
Do. 1. Februar	Hallentraining alle (Sportwoche Langenthal) 18.30 – 20.00 TH Schwarzenbach		
Do. 8. Februar	Hallentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining 18.30 – 20.00 TH Schwarzenbach	
Do. 15. Februar	Ausstentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining* 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	
Do. 22. Februar	Nacht-OL 18.30 – 20.00 TH Schwarzenbach / Huttwilwald		
Do. 29. Februar	Hallentraining alle (Sportwoche Huttwil) 18.00 – 19.30 HPS Langenthal		
Do. 7. März	Hallentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining 18.30 – 20.00 TH Schwarzenbach	
Do. 14. März	Spezialtraining «Mental» 17.30 – 19.30 HPS Langenthal	Spezialtraining «Mental» 18.30 – 19.30 HPS Langenthal (freiw. Jogging ab 18.00 Uhr)	
Do. 21. März	Ausstentraining 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	Hallentraining* 18.00 – 19.30 HPS Langenthal	
Do. 28. März	Dorf-Sprint Kleindietwil ab 17.30 Uhr, Ort folgt		
Do. 4. April	Kartentraining 18.00 – 19.30 Ort folgt		Details folgen auf Sommertrainingsplan

* Seniorentaining in der TH Schwarzenbach (18.30 – 20.00 Uhr)