

**Fitnessriege
Trainings- und Jahresprogramm
2022**



Anlässe als Verein oder Fitnessriege Damen & Männer

Stand: 15.02.2022

Datum	Beginn	Veranstaltung	Riege	Ort
So, 09.01.22	14.00 Uhr	Neujahrsbegrüssung	TVO	Bahnhof St. Fiden
Mo, 10.01.22	Fr, 14.1.2022	Woche der offenen Tür (nur intern)	TVO	
Do, 03.03.22	18.30 Uhr	Riegenversammlungen und Vereinsehrungen (NEU: Donnerstag)	TVO	
So, 06.03.22		Skiturnfahrt	TVO	Davos
Di, 19.04.22	ab 16.00 Uhr	OFFA-Aufbau	TVO	
Mi, 20.04.22	So, 24.4.2022	OFFA, täglich Training und Showprogramm mit unserer Jugi	TVO	
Mo, 25.04.22	16.00 Uhr	OFFA-Abbau	TVO	
Sa, 21.05.22		Sport-Fit-Tag	Fitness Frauen und Männer	Kirchberg SG
Mo, 30.05.22		DV IG SportStadt St. Gallen	TVO	
Mi, 15.06.22	So, 19.6.2022	National Summer Games 2022	TVO	
Fr, 24.06.22	So 26.6.2022	Kreisturnfest Balgach	TVO aktiv	Balgach
Mo, 08.08.22		Funktionärsanlass	nur TVO Funktionäre	
Sa, 20.08.22		St. Galler Fest / Vereinsmeile	TVO	
Di, 23.08.22	Sa, 27.08.2022	Offene Türen im Sommer	TVO	Turnhallen Oberzil
Sa, 27.08.22	So, 28.08.2022	Zweitägige Turnfahrt	Fitness Frauen & Männer	Jeanette
Fr, 28.10.22	18.20 Uhr	Fitnessriegen Abend Boccia	Fitness Frauen & Männer	SG Espenmoos
Sa, 03.12.22	18.30 Uhr	Chlausabend mit Nachtessen	Fitness Frauen & Männer	
Mi, 07.12.22	12.30 Uhr	Chlaussprint	TVO	Athletik Zentrum St. Gallen
2023				
Do, 02.03.23		Riegenversammlungen und Vereinsehrungen	TVO	
Sa, 03.06.23		Sport-Fit Tag	Fitness Frauen und Männer	Buchs
Sa, 23.09.23		Organisation St. Galler Turnshow	TVO	Athletik Zentrum St. Gallen

**Fitnessriege
Trainings- und Jahresprogramm
2022**



Fitnessriege Dienstag (Männer) in der Turnhalle Oberzil

Datum	Beginn	Trainingsart	Einlaufen	Training Fitness	Training 50+	Ferien	Restaurant	Bemerkungen
Di, 16.08.22	20.30 Uhr	Spielstunde		Kurt			Rennbahn	draussen
Di, 23.08.22	20.30 Uhr	Volleyball-Expert		Markus			Hirschen	
Di, 30.08.22	20.30 Uhr	Spielstunde		Luki			La Bocca	draussen
Di, 06.09.22	20.30 Uhr	Volleyball		Jan			Rennbahn	
Di, 13.09.22	20.30 Uhr	Outdoor		Ernst			Hirschen	Lauf draussen
Di, 20.09.22	20.30 Uhr	Volleyball-Expert		Markus			La Bocca	
Di, 27.09.22	20.30 Uhr	Spielstunde		Dominik			offen	
Di, 04.10.22	20.30 Uhr	Spielstunde		Patrick			Rennbahn	
Mo, 17.10.22	17.00 Uhr	FM1 Zelt				Herbstferien		
Di, 18.10.22	17.00 Uhr	OLMA Dienstag			OLMA Do, 13. - So, 23.10.2022	02.10. - 23.10.22		
Di, 25.10.22	20.30 Uhr	Volleyball-Expert		Markus			La Bocca	
Di, 01.11.22	20.30 Uhr		kein Training, da Halle geschlossen					
Di, 08.11.22	20.30 Uhr	Koordination		Matthias			Rennbahn	
Di, 15.11.22	20.30 Uhr	Outdoor		Ernst			Hirschen	Lauf draussen
Di, 22.11.22	20.30 Uhr	Sport-Fit Tag Training		Erika & Rita			La Bocca	
Di, 29.11.22	20.30 Uhr	Spielstunde		Patrick			offen	
Di, 06.12.22	20.30 Uhr	Outdoor		Rolf			Rennbahn	Lauf draussen
Di, 13.12.22	20.30 Uhr	Sport-Fit Tag Training		Erika & Rita			Hirschen	
Di, 20.12.22	20.30 Uhr	Spielstunde		Urs			La Bocca	
Di, 03.01.23	20.30 Uhr	Spielstunde		Stöff			Rennbahn	
Di, 10.01.23	20.30 Uhr	Koordination & Spiel		Stöff			Hirschen	