

PROGRAMM WINTER / FRÜHJAHR 2024 MITTWOCHGRUPPE

| Anlass   | Bemerkungen   |
|--|---|
| Mittwoch, 21.02.2024<br>Karate   | <b>Wo:</b> MZG Alterswil (die Karatetrainingshalle ist besetzt)<br><b>Wann:</b> 18h00 - 19h30<br><b>Mitnehmen:</b> Sportbekleidung; im Kurs sind die TeilnehmerInnen barfuss<br>Anmelden bis Montag, 19.02.2024 auf <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/aVbPv3OsFYF2X9RA">https://nuudel.digitalcourage.de/aVbPv3OsFYF2X9RA</a> |
| Mittwoch, 06.03.2024<br>Sportmaterial entdecken  | <b>Wo:</b> MZG Alterswil<br>Keine Anmeldung nötig   |
| Dienstag, 02.04.2024<br>Ausscheidung Sprint + Mille Gruyère Bulle                                | <a href="https://visanasprint.ch/">https://visanasprint.ch/</a> <a href="https://www.mille-gruyere.ch/">https://www.mille-gruyere.ch/</a><br>Anmelden bis: Freitag, 15.03.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/RXjKCSz6TTuVaNMS">https://nuudel.digitalcourage.de/RXjKCSz6TTuVaNMS</a>                                |
| Samstag, 06.04.2024<br>Heitenriederlauf  | <a href="http://www.heitenriederlauf.ch/">http://www.heitenriederlauf.ch/</a><br>Anmelden bis: Freitag, 29.03.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/29ZzZugZ1SnpM7jb">https://nuudel.digitalcourage.de/29ZzZugZ1SnpM7jb</a>  |
| Freitag, 26.04.2024<br>Ausscheidung Sprint + Mille Gruyère Murten                                | <a href="https://visanasprint.ch/">https://visanasprint.ch/</a> <a href="https://www.mille-gruyere.ch/">https://www.mille-gruyere.ch/</a><br>Anmelden bis: Freitag, 19.04.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/sQtdVA6YrGPB46AR">https://nuudel.digitalcourage.de/sQtdVA6YrGPB46AR</a>                                |
| Sonntag, 28.04.2024<br>Sensler Frühlingslauf Tafers  | <a href="https://latsense.ch/senslerfruehlingslauf/">https://latsense.ch/senslerfruehlingslauf/</a><br>Anmelden bis: Freitag, 19.04.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/SWwUVGVJhKJc8tfN">https://nuudel.digitalcourage.de/SWwUVGVJhKJc8tfN</a>  |
| Freitag, 03.05.2024<br>Plauschwettkampf St. Antoni   | <b>Treffpunkt:</b> Schulhausplatz Alterswil<br><b>Wann:</b> 18h00<br><b>Transport:</b> Privatfahrzeug, Kindersitz mitnehmen<br>Anmelden bis: Freitag, 26.04.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/kMMLe7jnp4ET7Ov">https://nuudel.digitalcourage.de/kMMLe7jnp4ET7Ov</a>  |
| Samstag, 04.05.2024<br>Ausscheidung Sprint + Mille Gruyère Düdingen                              | <a href="https://visanasprint.ch/">https://visanasprint.ch/</a> <a href="https://www.mille-gruyere.ch/">https://www.mille-gruyere.ch/</a><br>Anmelden bis: Freitag, 26.04.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/jHOLiZ6ErwFhtbx6">https://nuudel.digitalcourage.de/jHOLiZ6ErwFhtbx6</a>                                |
| Montag, 13.05.2024<br>UBS Kids Cup Heitenried Qualifikation Swiss Athletics Sprint Kantonalfinal | <b>Treffpunkt:</b> Schulhausplatz Alterswil<br><b>Wann:</b> 17h00<br><b>Transport:</b> Privatfahrzeug, Kindersitz mitnehmen<br>Anmelden bis: Freitag, 26.04.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/ui04WY1joVktJWWK">https://nuudel.digitalcourage.de/ui04WY1joVktJWWK</a>  |
| Freitag, 10.05.2024  | Vorbereitung Jugendsporttag   |

| Anlass   | Bemerkungen  |
|--|--|
| Montag, 27.05.2024<br>UBS Kids Cup Plaffeien Qualifikation Swiss Athletics Sprint Kantonalfinal  | <b>Treffpunkt:</b> Schulhausplatz Alterswil<br><b>Wann:</b> 17h00<br><b>Transport:</b> Privatfahrzeug, Kindersitz mitnehmen<br>Anmelden bis: Freitag, 17.05.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/XsAdnPADfT2GmvWP">https://nuudel.digitalcourage.de/XsAdnPADfT2GmvWP</a>   |
| Freitag, 24.05.2024  | Vorbereitung Jugendsporttag  |
| Samstag, 01.06.2024<br>Jugendsporttag FTSU Überstorf <a href="https://www.ftsu.ch/jugitag/">https://www.ftsu.ch/jugitag/</a> <a href="https://docs.google.com/document/d/1fN_TUfLk74tXipcljiC-mXeXcB1akfajs9Yc9FmM5s/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/document/d/1fN_TUfLk74tXipcljiC-mXeXcB1akfajs9Yc9FmM5s/edit?usp=sharing</a> | <b>Treffpunkt:</b> Schulhausplatz Alterswil<br><b>Wann:</b> Information kommt noch<br><b>Transport:</b> Privatfahrzeug, Kindersitz mitnehmen<br><br>Anmelden bis: Freitag, 22.03.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/xYGHZ5PhWseguX9">https://nuudel.digitalcourage.de/xYGHZ5PhWseguX9</a>  |
| Samstag, 22.06.2024<br>Visana Sprint Kantonalfinal Châtel-St-Denis   | Für Qualifizierte  |
| Freitag, 28.06.2024<br>Bräteln   | <b>Treffpunkt:</b> Dorfplatz Alterswil<br><b>Wann:</b> 18h00<br><b>Transport:</b> Wird organisiert, Kindersitz mitnehmen<br><b>Bemerkung:</b> Die Kinder werden zwischen 21h30 und 22h00 nach Hause geführt.<br>Anmelden bis: Montag, 17.06.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/QKPJJI298HS2LJI">https://nuudel.digitalcourage.de/QKPJJI298HS2LJI</a> |
| Datum folgt nach<br>Kantonalfinal UBS Kids Cup   | Für Qualifizierte  |

Versicherung ist Sache des Teilnehmers.

Wenn Kinder mit dem Auto oder Bus geführt werden, je nach Alter die Sitzerrhöhung mitnehmen. Zum Training immer Aussenschuhe und je nach Jahreszeit Lampen und Reflektoren mitnehmen.

**Leitung:** Ivo Raemy:  
Email: [ivo.raemy@sensemail.ch](mailto:ivo.raemy@sensemail.ch)  
Natel / WhatsApp: 079 708 44 66

**Das Leiterteam:**  
Ivo Raemy, David Udry, Fanny Cardinaux, Manuel Mauron, Carmen Marti, Alina Blum  
Hilfsleiter: Anne Bürgisser, Chiara Ulrich, Lucy Kolly, Yaelle Raemy, Eric Marti, Levin Haymoz, Beni Stritt

**Weitere Informationen:**  
Kurzfristige Änderungen werden an den Trainings mitgeteilt oder per Email, WhatsApp verschickt. Wer seine Emailadresse noch nicht in angegeben hat, kann diese an [ivo.raemy@sensemail.ch](mailto:ivo.raemy@sensemail.ch) schicken.

[www.sv-alterswil.ch](http://www.sv-alterswil.ch)

freundliche Grüsse, das Leiterteam der Poly-Athletics Alterswil

PROGRAMM WINTER / FRÜHJAHR 2024 FREITAGSGRUPPE

| Anlass   | Bemerkungen  |
|--|--|
| Freitag, 02.02.2024<br>Karate  | <b>Wo:</b> Trainingshalle, Schwarzseestrasse 60a, 1712 Tafers (unterhalb der Green-Power GmbH)<br><b>Transport:</b> Privatautos<br><b>Mitnehmen:</b> Sportbekleidung; im Kurs sind die TeilnehmerInnen barfuss<br>Anmelden bis: Mittwoch, 31.01.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/zup3tQ3d8z6YPLxZ">https://nuudel.digitalcourage.de/zup3tQ3d8z6YPLxZ</a> |
| Mittwoch, 08.03.2024<br>Sportmaterial entdecken  | <b>Wo:</b> MZG Alterswil<br>Keine Anmeldung nötig  |
| Dienstag, 02.04.2024<br>Ausscheidung Sprint + Mille Gruyère Bulle                                | <a href="https://visanasprint.ch/">https://visanasprint.ch/</a> <a href="https://www.mille-gruyere.ch/">https://www.mille-gruyere.ch/</a><br>Anmelden bis: Freitag, 15.03.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/RXjKCSz6TTuVaNMS">https://nuudel.digitalcourage.de/RXjKCSz6TTuVaNMS</a>   |
| Samstag, 06.04.2024<br>Heitenriederlauf  | <a href="http://www.heitenriederlauf.ch/">http://www.heitenriederlauf.ch/</a><br>Anmelden bis: Freitag, 29.03.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/29ZzZugZ1SnpM7jb">https://nuudel.digitalcourage.de/29ZzZugZ1SnpM7jb</a>   |
| Freitag, 26.04.2024<br>Ausscheidung Sprint + Mille Gruyère Murten                                | <a href="https://visanasprint.ch/">https://visanasprint.ch/</a> <a href="https://www.mille-gruyere.ch/">https://www.mille-gruyere.ch/</a><br>Anmelden bis: Freitag, 19.04.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/sQtdVA6YrGPB46AR">https://nuudel.digitalcourage.de/sQtdVA6YrGPB46AR</a>   |
| Sonntag, 28.04.2024<br>Sensler Frühlingslauf Tafers  | <a href="https://latsense.ch/senslerfruehlingslauf/">https://latsense.ch/senslerfruehlingslauf/</a><br>Anmelden bis: Freitag, 19.04.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/SWwUVGVJhKJc8tfN">https://nuudel.digitalcourage.de/SWwUVGVJhKJc8tfN</a>   |
| Freitag, 03.05.2024<br>Plauschwettkampf St. Antoni   | <b>Treffpunkt:</b> Schulhausplatz Alterswil<br><b>Wann:</b> 18h00<br><b>Transport:</b> Privatfahrzeug, Kindersitz mitnehmen<br>Anmelden bis: Freitag, 26.04.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/kMMLe7jnp4ET7Ov">https://nuudel.digitalcourage.de/kMMLe7jnp4ET7Ov</a>   |
| Samstag, 04.05.2024<br>Ausscheidung Sprint + Mille Gruyère Düdingen                              | <a href="https://visanasprint.ch/">https://visanasprint.ch/</a> <a href="https://www.mille-gruyere.ch/">https://www.mille-gruyere.ch/</a><br>Anmelden bis: Freitag, 26.04.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/jHOLiZ6ErwFhtbx6">https://nuudel.digitalcourage.de/jHOLiZ6ErwFhtbx6</a>   |
| Montag, 13.05.2024<br>UBS Kids Cup Heitenried Qualifikation Swiss Athletics Sprint Kantonalfinal | <b>Treffpunkt:</b> Schulhausplatz Alterswil<br><b>Wann:</b> 17h00<br><b>Transport:</b> Privatfahrzeug, Kindersitz mitnehmen<br>Anmelden bis: Freitag, 26.04.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/ui04WY1joVktJWWK">https://nuudel.digitalcourage.de/ui04WY1joVktJWWK</a>   |
| Mittwoch, 08.05.2024   | Vorbereitung Jugendsporttag  |
| Freitag, 10.05.2024  | Kein Training (Brücke Auffahrt)  |
| Mittwoch, 22.05.2024   | Vorbereitung Jugendsporttag  |

| Anlass   | Bemerkungen  |
|--|--|
| Montag, 27.05.2024<br>UBS Kids Cup Plaffeien Qualifikation Swiss Athletics Sprint Kantonalfinal  | <b>Treffpunkt:</b> Schulhausplatz Alterswil<br><b>Wann:</b> 17h00<br><b>Transport:</b> Privatfahrzeug, Kindersitz mitnehmen<br>Anmelden bis: Freitag, 17.05.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/XsAdnPADfT2GmvWP">https://nuudel.digitalcourage.de/XsAdnPADfT2GmvWP</a>   |
| Mittwoch, 29.05.2024   | Vorbereitung Jugendsporttag  |
| Samstag, 01.06.2024<br>Jugendsporttag FTSU Überstorf <a href="https://www.ftsu.ch/jugitag/">https://www.ftsu.ch/jugitag/</a> <a href="https://docs.google.com/document/d/1fN_TUfLk74tXipcljiC-mXeXcB1akfajs9Yc9FmM5s/edit?usp=sharing">https://docs.google.com/document/d/1fN_TUfLk74tXipcljiC-mXeXcB1akfajs9Yc9FmM5s/edit?usp=sharing</a> | <b>Treffpunkt:</b> Schulhausplatz Alterswil<br><b>Wann:</b> Information kommt noch<br><b>Transport:</b> Privatfahrzeug, Kindersitz mitnehmen<br><br>Anmelden bis: Freitag, 22.03.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/xYGHZ5PhWseguX9">https://nuudel.digitalcourage.de/xYGHZ5PhWseguX9</a>  |
| Samstag, 22.06.2024<br>Visana Sprint Kantonalfinal Châtel-St-Denis   | Für Qualifizierte  |
| Freitag, 28.06.2024<br>Bräteln   | <b>Treffpunkt:</b> Dorfplatz Alterswil<br><b>Wann:</b> 18h00<br><b>Transport:</b> Wird organisiert, Kindersitz mitnehmen<br><b>Bemerkung:</b> Die Kinder werden zwischen 21h30 und 22h00 nach Hause geführt.<br>Anmelden bis: Montag, 17.06.2024 unter <a href="https://nuudel.digitalcourage.de/QKPJJI298HS2LJI">https://nuudel.digitalcourage.de/QKPJJI298HS2LJI</a> |
| Datum folgt nach<br>Kantonalfinal UBS Kids Cup   | Für Qualifizierte  |

Versicherung ist Sache des Teilnehmers.

Wenn Kinder mit dem Auto oder Bus geführt werden, je nach Alter die Sitzerrhöhung mitnehmen. Zum Training immer Aussenschuhe und je nach Jahreszeit Lampen und Reflektoren mitnehmen.

**Leitung:** Ivo Raemy:  
Email: [ivo.raemy@sensemail.ch](mailto:ivo.raemy@sensemail.ch)  
Natel / WhatsApp: 079 708 44 66

**Das Leiterteam:**  
Ivo Raemy, David Udry, Fanny Cardinaux, Manuel Mauron, Carmen Marti, Alina Blum  
Hilfsleiter: Anne Bürgisser, Chiara Ulrich, Lucy Kolly, Yaelle Raemy, Eric Marti, Levin Haymoz, Beni Stritt

**Weitere Informationen:**  
Kurzfristige Änderungen werden an den Trainings mitgeteilt oder per Email, WhatsApp verschickt. Wer seine Emailadresse noch nicht in angegeben hat, kann diese an [ivo.raemy@sensemail.ch](mailto:ivo.raemy@sensemail.ch) schicken.

[www.sv-alterswil.ch](http://www.sv-alterswil.ch)

freundliche Grüsse, das Leiterteam der Poly-Athletics Alterswil