



Volley TV Sigriswil

Programm Januar – Juli 2014



Tag	Datum	Programm	Leiterin
Mo	06.01.2014	Volley - "Ein-mal-Eins"	Monika
Mo	13.01.2014	Service - anschliessend erster Volley-Riegenhöck	Monika
Mo	20.01.2014	Block und Sprungkraft im Volley	Monika
Mo	27.01.2014	Manschette und Verteidigung - letzter Montag im Monat	Monika
So	02.02.2014	Hasli-Turnier in Meiringen	
Mo	03.02.2014	Angriffsvariante Pené 1	Monika
Sportferien			
Mo	17.02.2014	Volley-Circuit	Monika
Mo	24.02.2014	Systemtraining (Verteidigen von Aussen- und Mitteangriff) - letzter Montag im Monat	Monika
Mo	03.03.2014	Pass und oberes Zuspiel	Monika
Mo	10.03.2014	Match mit TV; 18:45 Uhr in der Halle	Monika
Mo	17.03.2014	3m - Angriff	Monika
Mo	24.03.2014	Trainingsmatch in Merligen	
Mo	31.03.2014	Kondition im Volleyball - letzter Montag im Monat	Monika
Frühlingsferien			
Mo	21.04.2014	Ostermontag	
So	noch offen	Volleyturnier Guttannen	
Mo	28.04.2014	Smash-Anlauf - letzter Montag im Monat	Monika
Mo	05.05.2014	3er Position	Monika
Mo	12.05.2014	Reaktion und Geschicklichkeit	Monika
Sa	17.05.2014	Dr gleitigscht Sigriswiler	
So	18.05.2014	evtl. Fussball Plauschturnier	
Mo	19.05.2014	4 Angriffsvarianten	Monika
Mo	26.05.2014	Einschätzen von Distanzen und Flugbahnen - letzter Montag im Monat	Monika
Mo	02.06.2014	Schnelle Verteidigung auf dem Spielfeld	Monika
Mo	09.06.2014	Pfingstmontag	
Mo	16.06.2014	Finte - Richtig gespielt	Monika
Mo	23.06.2014	evt. Beachen	Monika
Fr- So	27. – 29.06.14	Oberländisches Schwingfest/ Chilbi	
Sommerferien			

Start in die 2. Jahreshälfte: Mo 11.08.2014

Wichtige Daten aus der zweiten Jahreshälfte:

- DR – Reise: nach Ansage
- Herbstferien: 20.09. – 12.12.2014
- Volley-Turnier in Meiringen: 1./2. November 2014
- Racletteabend: 08.11.2014
- Hauptversammlung: 28.12.2014

Wir freuen uns auf das nächste Volleyjahr mit euch!

Die zwöi Monika's