

# Polysportplan 2023

Rollstuhlclub Aargau

Sportleiter: Jörg Wülser

Jeweils Dienstag von 19.00 bis 21.00 Uhr in der Sporthalle Bünten in Unterentfelden

Datum	Leiter	Thema	Zielsetzung	Bemerkungen
10.01.2023	T	Diverse Spiele	Kraft und Ausdauer	
17.01.2023	C	Smolball	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
24.01.2023	T	Basketball	Technik verbessern	
<b>Sportferien vom 30.01.23 - 12.02.23</b>				
14.02.2023	C	Hockey	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
21.02.2023	T	Diverse Spiele	Handling Rollstuhl	
28.02.2023	C	Smolball	Technik verbessern	
07.03.2023	T	Basketball	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
14.03.2023	C	Hockey	Technik verbessern	
21.03.2023	T	Smolball	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
28.03.2023	C	Basketball	Technik verbessern	
04.04.2023	T	Diverse Spiele	Kraft und Ausdauer	
<b>Frühlingsferien vom 10.04.23 - 23.04.23</b>				
25.04.2023	C	Basketball	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
02.05.2023	T	Smolball	Technik verbessern	
09.05.2023	C	Hockey	Technik verbessern	
16.05.2023	T	Basketball	Technik verbessern	
23.05.2023	C	Diverse Spiele	Kraft und Ausdauer	
30.05.2023	T	Smolball	Technik verbessern	
06.06.2023	C	Diverse Spiele	Handling Rollstuhl	
13.06.2023	T	Hockey	Technik verbessern	
20.06.2023	C	Basketball	Technik verbessern	
27.06.2023	T	Hockey	Spielzüge und Strategien lernen und üben	grillieren
04.07.2023	C	Smolball	Technik verbessern	Ausweichdatum grillieren
<b>Sommerferien vom 10.07.23 - 13.08.23</b>				
15.08.2023	T	Hockey	Technik verbessern	
22.08.2023	C	Basketball	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
29.08.2023	T	Diverse Spiele	Handling Rollstuhl	
05.09.2023	C	Smolball	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
12.09.2023	T	Basketball	Technik verbessern	
19.09.2023	C	Diverse Spiele	Kraft und Ausdauer	
26.09.2023	T	Smolball	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
<b>Herbstferien vom 02.10.23 - 15.10.23</b>				
17.10.2023	C	Diverse Spiele	Kraft und Ausdauer	
24.10.2023	T	Basketball	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
31.10.2023	C	Smolball	Technik verbessern	
07.11.2023	T	Hockey	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
14.11.2023	C	Diverse Spiele	Handling Rollstuhl	
21.11.2023	T	Hockey	Technik verbessern	
28.11.2023	C	Smolball	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
05.12.2023	T	Basketball	Technik verbessern	
12.12.2023	C	Hockey	Spielzüge und Strategien lernen und üben	
19.12.2023	T	Jahresschluss shock 2023		
09.01.2024	C	Smolball	Spielzüge und Strategien lernen und üben	1. Turnstunde im Jahr 2024

**Kurzfristige Änderungen bleiben vorbehalten**

**Entschuldigungen der Turner und Leiter an Sportchef Jörg Wülser 079 639 02 45**