Information zu Training und Wettkämpfen im Winterhalbjahr 2025/2026

Gruppenwechsel für Kids mit Jg. 2016, 2014 und 2010

Nach den Herbstferien wechseln die Kids der jeweils ältesten Jahrgänge jeder Gruppe für die Basistrainings am Dienstag jeweils in die nächsthöhere Gruppe. Nachfolgend die Übersicht über die Wechsel (inkl. Anpassungen der Hauptleiter):

- Kids mit Jg. 2016 wechseln von den LA-Starters zur LA-Gruppe 1. Verantwortlicher Gruppenleiter: Roberto Longoni (longonir@bluewin.ch, 079 695 48 66).
- Kids mit Jg. 2014 wechseln von der LA-Gruppe 1 zur LA-Gruppe 2. Verantwortlicher Gruppenleiter: Marc Stadelmann (marc-stadelmann@bluewin.ch, 079 300 03 63).
- Kids mit Jg. 2010 wechseln von der LA-Gruppe 2 zur LA-Gruppe 3. Diese trainieren ab Oktober 2025 innerhalb des Trainings der Aktivriege jeweils freitags 20.00 – 21.40 Uhr.

Sollten Kids aus irgendwelchen Gründen nicht in die nächsthöheren Gruppen wechseln wollen, sind Ausnahmen möglich (entsprechende Anträge sind an die bisherigen verantwortlichen Gruppenleiter zu richten). Dies hat allerdings zur Folge, dass die Kids im Winterhalbjahr – sofern sie nicht am Freitag ins Training kommen (siehe unten) – nicht für die Teamwettkämpfe der UBS kids cup Serie aufgeboten werden können, da sie nicht die ihrem Alter entsprechenden Disziplinen trainieren.

Die Kids/Eltern werden während den Herbstferien automatisch in die neuen Gruppenchats transformiert.

Zusatztrainings: Wettkampf- und Fördergruppe

Zusätzlich zum Basistraining am Dienstag können folgende Zusatztrainings besucht werden:

- **Wettkampfgruppe**
  - **Wer:** Kids LA-Gruppen 1 und 2 (Jg. 2011* – 2016) sowie Kids mit Jg. 2017, welche sich 2025 für einen Kantonalfinal (Sprint, 1000m oder kids cup) qualifiziert haben.
    Weitere Voraussetzung: Besuch von mindestens 2 Wettkämpfen pro Halbjahr.
  - **Trainingszeit:** Freitags von 18.30 – 20.00 Uhr auf der Sportanlage Lutertal (resp. Turnhallen)
  - **Verantwortlicher Gruppenleiter:** Christoph Stadelmann (christoph.stadelmann@sb-switzerland.ch, 079 215 90 13)

- **Fördergruppe:**
  - **Wer:** Kids der LA-Gruppe 2 (Jg. 2011* – 2014) sowie Kids mit Jg. 2015, welche sich für einen Kantonalfinal (Sprint, 1000m oder kids cup) qualifiziert haben.
    Weitere Voraussetzung: Lösen einer Swiss Athletics Lizenz (oder eine Einladung der Trainer:innen).
  - **Trainingszeit:** Montags von 18.30 – 20.00 Uhr auf der Sportanlage Lutertal (resp. Turnhallen)
  - **Verantwortlicher Gruppenleiter:** Christoph Stadelmann (christoph.stadelmann@sb-switzerland.ch, 079 215 90 13).

* in Ausnahmefällen auch ältere Athlet:innen (Anfrage bei Christoph Stadelmann)

Trainingsplan und Gruppen Winterhalbjahr 2025/2026 in der Übersicht (Programmänderungen vorbehalten)

Trainingsausfälle:

- Freitag, 24.10. (Training Wettkampfgruppe): Spaghetti-Essen TV Bolligen: Infos und Anmeldung unter www.tvbolligen.ch
- Samstag, 22.2. – Sonntag, 2.3.(alle Trainings): Sportwoche Bolligen

Während den Herbst- und Weihnachtsferien finden keine Trainings statt

LA-Gruppe 1 U12 (Jg. 2015/2016) und LA-Starters U10 (Jg. 2017 und jünger): Dienstag, 17.30 – 19.00 Uhr, Turnhalle Eisengasse

Datum	**14.10., 28.10., 11.11., 25.11., 9.12., 6.1., 20.1., 3.2., 17.2., 10.3., 24.3.**	**21.10., 4.11., 18.11., 2.12., 16.12** (Jahresabschluss-Abend, Spezialprogramm)**, 13.1., 27.1., 10.2., 3.3., 17.3., 31.3.**
Leiter:innen	Roberto Longoni (Hauptleiter LA-Gruppe 1/LA-Starters), Mario Pfund, Sabina Wyss, Elin Hofer, Sophia Klostermann, Eline Häfliger	Roberto Longoni (Hauptleiter LA-Gruppe 1/LA-Starters), Mario Pfund, Cornelia Schmid, Elin Hofer, Sophia Klostermann, Eline Häfliger
17.30 – 17.45	Einlaufen	
17.45 – 18.35	LA-Basics (LA-Tests) (inkl. Treffspiel)	Sprint / Sprint-Abc / Reaktion / kleine Hindernisläufe
	Kids-Cup Team (Prio Sprint, inkl. kleine Kraftübungen mit dem eigenen Körpergewicht)	Kids-Cup Team (Prio Sprung, inkl. kleine Kraftübungen mit dem eigenen Körpergewicht)
18.35 – 19.00	Biathlon / Dehnen	Teamcross / Dehnen

LA-Gruppe 2 U14/U16 (Jg. 2011 – 2014): Dienstag, 18.30 – 20.00 Uhr, Turnhalle Lutertal

Datum	**14.10., 28.10., 11.11., 25.11., 9.12., 6.1., 20.1., 3.2., 17.2., 10.3., 24.3.**	**21.10., 4.11., 18.11., 2.12., 16.12** (Jahresabschluss-Abend, Spezialprogramm)**, 13.1., 27.1., 10.2., 3.3., 17.3., 31.3.**
Leiter:innen	Marc Stadelmann (Hauptleiter), Lena Janggen Lia Bohnenblust/Timur Gut, Christoph Stadelmann	Marc Stadelmann (Hauptleiter), Lena Janggen, Lia Bohnenblust/Timur Gut (Christoph Stadelmann)
18.30 – 18.50	Einlaufen (alle zusammen)	
18.50 – 19.15	U14: Üben kids cup team (Sprung) – obere Halle	Gruppe 1: Sprint/Wurf
	U16: Üben kids cup team (Sprint) – untere Halle	Gruppe 2: Sprung
19.15 – 19.40	U16: Üben kids cup team (Sprung) – obere Halle	Gruppe 2: Sprint/Wurf
	U14: Üben kids cup team (Sprint) – untere Halle	Gruppe 1: Sprung
19.40 – 20.00	Ausdauer (Biathlon/Teamcross) / Auslaufen / Dehnen	
19.55 – 20.00	Auslaufen/Dehnen	

LA-Gruppe 3 U18 (Jg. 2010 und älter): Freitag, 20.00 – 21.40 Uhr (zusammen mit der Aktivriege)

Wettkampfgruppe: Freitag, 18.30 – 20.00 Uhr, Turnhalle Lutertal
(für alle Kids mit Jg. 2011 – 2016, welche pro Halbjahr mind. 2. Wettkämpfe absolvieren sowie Kids mit Jg. 2017, welche sich im Jahr 2025 für einen Kantonalfinal qualifizieren konnten)

Datum	**17.10. (Kids Cup Kennenlernwettkampf), 31.10., 14.11., 28.11., 12.12., 9.1., 23.1., 6.2., 20.2., 13.3., 27.3.**	**24.10.** (Spaghetti-Essen, kein Training), **7.11., 21.11., 5.12., 19.12., 16.1., 30.1., 13.2., 6.3., 20.3., 3.4.**
Leiter:innen	Christoph Stadelmann (Hauptleiter Wettkampfgruppe), Marc Stadelmann, Roberto Longoni, Timur Gut (Angelina Kunz)	Christoph Stadelmann (Hauptleiter Wettkampfgruppe), Marc Stadelmann, Roberto Longoni, Timur Gut (Angelina Kunz)
18.30 – 18.50	Einlaufen	
18.50 – 19.15	Nach Wahl: Hürden (obere Halle) (Christoph, Angelina) Sprint (untere Halle) (Marc, Timur, Roberto)	**Untere Halle** U12 (U10): Ringlisprint (Roberto) U16: Risikosprint/Start) (Marc/Timur) **Obere Halle** U14: Hürdensprint (Christoph)
19.20 – 19.45	**Untere Halle** U12 (U10): Sprung (inkl. Zonenweitsprung) (Marc/Roberto) U14: Sprung (inkl. Mehrfachsprung) (Angelina/Christoph, Timur) **Obere Halle:** U16: Sprung (inkl. Stabweitsprung) (Christoph/Angelina)	Zubringer-Übungen (Sprung/Wurf-Abc-Übungen) (obere Halle) inkl. Stabi
19.45 – 20.00	Power 5 (5 allgemeine Kraftübungen) / Dehnen	Biathlon oder Teamcross (untere Halle) / Dehnen

Fördergruppe: Montag, 18.30 – 20.00 Uhr, Turnhalle Lutertal
(für alle Wettkampf-Kids ab Jg. 2014 mit Kids-Lizenz und Kids mit Jg. 2015, welche sich im Jahr 2025 für einen Kantonalfinal qualifiziert haben resp. auf Einladung der Trainer:innen)

Leiter	Christoph Stadelmann / Marc Stadelmann
18.30 – 18.50	Einlaufen
18.50 – 19.15	Wurf/Sprung-Abc oder Lauf-Abc/Schnelligkeit
19.15 – 19.45	Athletik/Kraft
19.45 – 20.00	Ausdauer/Dehnen

Wettkämpfe Winterhalbjahr 2025/2026

Die Anmeldungen zu den Wettkämpfen erfolgt über die Webseite des TV Bolligen:
https://www.tvbolligen.ch/site/wettkaempfe/ (Anmeldeschluss beachten!)

Folgende Wettkämpfe werden wir besuchen:

- Sonntag, 19. Oktober 2025: Bremgartenlauf, Bremgarten bei Bern (alle Gruppen)
- Samstag, 15. November 2025: kids cup team, Herzogenbuchsee (U16 und jünger)
- Sonntag, 30. November 2025: Steinhölzlilauf, Bern-Liebefeld (alle Gruppen)
- Sonntag, 7. Dezember 2025: kids cup team, Bern (U16 und jünger)
- Samstag, 17. Januar 2026: kids cup team, Düdingen (U16 und jünger)
- Sonntag, 1. Februar 2026: Biel/Bienne Athletics Hallenmeeting, Magglingen (U16/U14 mit Swiss Athletics Lizenz)*
- Samstag, 7. Februar 2026: Q-Meeting, Magglingen (U16 mit Swiss Athletics Lizenz)*
- Samstag/Sonntag, 21./22. Februar 2026: Nachwuchs-SM
  Samstag, 14. März 2026: Regionalfinal kids cup team, Burgdorf (Qualifizierte Teams)
- Samstag, 28. März 2026: Schweizerfinal kids cup team, Amriswil (Qualifizierte Teams)

* **Swiss Athletics Lizenz:** Für einige Wettkampfe ist eine Swiss Athletics Lizenz notwendig, um starten zu können. Mit der Swiss Athletics Lizenz können die Kids von besonderen Ticketaktionen (Vorkaufsrecht) für Weltklasse Zürich oder Athletissima Lausanne profitieren. Kinder ab Jg. 2013 (resp. 2014, sofern Qualifikation für einen Kantonalfinal erreicht) mit Swiss Athletics Lizenz können zudem am Fördertraining des TV Bolligen teilnehmen (Teilnahme auch auf Einladung der Trainer:innen möglich), welches jeweils montags stattfindet. Wer eine Swiss Athletics Lizenz bestellen möchte, kann diese direkt bei unserer Alexandra Lemann bestellen (E-Mail: leichtathletik@tvbolligen.ch). Die Kosten von CHF 50.- (U14) resp. CHF 130.- (U16, unterteilt ist CHF 80.- für Swiss Athletics Membership und CHF 50.- für Lizenz) gehen zu Lasten der Eltern. Die Rechnung wird den Eltern nach Bestellung der Lizenz durch den TV Bolligen in Rechnung gestellt.

Vorankündigung: Trainingslager vom 15. – 18. April 2026 in Kreuzlingen

Vom Mi, 15. – Sa., 18. April 2026 findet das Trainingslager der Leichtathletikgruppe des TV Bolligen in Kreuzlingen am wunderschönen Bodensee statt. Weitere Infos folgen kurz vor den Weihnachtsferien.

Bestellung-Trainer und T-Shirts

Für die Teamwettkämpfe (UBS kids cup team) ist ein einheitliches T-Shirt Pflicht. Die T-Shirts können direkt auf der Webseite des TV Bolligen unter https://www.tvbolligen.ch/site/trainer-bestellung/ bestellt werden. Die T-Shirts kosten CHF 35.-. Ergänzend dazu sind auch Trainingsanzüge (CHF 70.-), und/oder Regenjacken (CHF 60.-) erhältlich. Die Eltern erhalten nach der Bestellung eine Zahlungsaufforderung. Sobald bezahlt, werden die Kleidungsstücke in einem Schrank im Schulhaus Lutertal deponiert, wo sie von den Leitern ausgehändigt werden.