

Uniun da gimnastica ischi

Program 2025/26

Uost

11.08.	Velotour	Adriana
18.08.	GV Chispazi Schlans	Suprastonza
25.08.	Minigolf Disentis	Adriana

Settember

01.09.	Tennis (19:30)	Manuela
08.09.	Tennis (19:30)	Manuela
15.09.	Krafttraining (19:30)	Joelle
22.09.	Krafttraining (19:30)	Joelle
29.09.	Krafttraining (19:30)	Joelle

October

06.10.	VACANZAS	
13.10.	VACANZAS	
20.10.	Giugs + ustria	Melly + Ramona
27.10.	Pilates	Rita Coray

November

03.11.	Pilates	Rita Coray
10.11.	Pilates	Rita Coray
17.11.	Postenlauf	?
24.11.	Zumba	Melanie

December

01.12.	Zumba	Melanie
08.12.	Zumba	Melanie
15.12.	Giugs + ustria	Melly + Ramona
22.12.	VACANZAS	
29.12.	VACANZAS	

Schaner

05.01.	Nachtskifahren (Pera)	Adriana
12.01.	Trer rudialas + Fondue	Regula
19.01.	Cuorsa liunga/patinar	Gabriela/Adriana
26.01.	Postenlauf (Nachtskifahren reserve)	?

Fevrer

02.02.	Ir cun gianellas	Gabriela + Manuela
09.02.	Aquafit (19:30)	Manuela
16.02.	Aquafit (19:30)	Manuela
23.02.	VACANZAS	

Mars

02.03.	Stab/Koord	Vivian
09.03.	Stab/Koord	Vivian
16.03.	Stab/Koord	Vivian
23.03.	Giugs + ustria	Denise + Ramona
30.03.	Postenlauf	Anita D.

Avrel

06.04.	PASTGAS	
13.04.	Velotour	Melanie
20.04.	VACANZAS (PASTGAS)	
27.04.	Boccia	Adriana

Matg

04.05.	Nordic Walking	Regula
11.05.	OL mit Velo	Adriana + Melanie
18.05.	Tscheina	Suprastonza
25.05.	TSCHUNCHEISMAS	

