



ASSOCIATION FRIBOURGEOISE DE LUTTE
SUISSE

FREIBURGER SCHWINGER-VERBAND

Entraînement cantonal Actif 2025 / Aktive Kantonaltraining 2025

Date Datum		Heure Zeit	Lieu Ort	Entraînement Training
Novembre November	5	19:45 - 21:45	Châtel-St-Denis	Lutte / Schwingen
	12	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
	19	19:45 - 21:45	Kerzers	Lutte / Schwingen
	26	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
Décembre Dezember	3	19:45 - 21:45	Estavayer-le-lac	Lutte / Schwingen
	10	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
	17	19:45 - 21:45	Plaffeien	Lutte / Schwingen
Janvier Januar	7	19:45 - 21:45	Châtel-St-Denis	Lutte / Schwingen
	14	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
	21*	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
	28	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
Février Februar	4	19:45 - 21:45	Kerzers	Lutte / Schwingen
	11	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
	18	19:45 - 21:45	Estavayer-le-lac	Lutte / Schwingen
	25	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
Mars März	4	19:45 - 21:45	Plaffeien	Lutte / Schwingen
	11	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
	18	19:45 - 21:45	Châtel-St-Denis	Lutte / Schwingen
	25	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
Avril April	1	19:45 - 21:45	Kerzers	Lutte / Schwingen
	8	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
	15*	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
	22	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
	29	19:45 - 21:45	Estavayer-le-lac	Lutte / Schwingen
Mai	6	19:45 - 21:45	Cottens	Lutte / Schwingen
	20	19:45 - 21:45	Plaffeien	Lutte / Schwingen

* Entraînement ARLS / Training SWS

Les entraînements sont ouverts à tous les lutteurs actifs
Die Trainings offenstehen für allen Aktivschwinger

Chaque lutteur prend sa **culotte de lutte** à l'entraînement
Jeder Schwinger nimmt die **Schwinghosen** selber mit ins Training