

Trainingsplan September - Oktober 2021

| September | | |
|-----------------|----------------------------|--|
| 08.09.2021 | Training mit Annemarie | |
| 15.09.2021 | Training mit Michael | |
| 22.09.2021 | Training im Stefan | |
| 29.09.2021 | Training mit Sarah | |
| Oktober | | |
| 06.10.2021 | Training im Bremgartenwald | Treffpunkt Worb 18:45, Start im Bremgartenwald 18:45 vis à vis Gymnasium Neufeld |
| 10.10.2021 (So) | Biketour | Details werden noch bekannt gegeben |
| 13.10.2021 | Freies Training | |
| 20.10.2021 | Training mit Rolf | |
| 27.10.2021 | Training mit Stefan | |
| 31.10.2021 (So) | Berglauf | Details werden noch bekannt gegeben |

Das Training startet jeweils um 18:45 Uhr beim Schulhaus Zentrum. Läufer und Walker wärmen sich gemeinsam auf, danach geht es getrennt weiter.

Die Garderoben stehen wieder zur Verfügung.

Fragen? Bitte melde dich bei Stefan Rebsamen (078 895 32 90).