

Trainingsplan November - Dezember 2021

November		
03.11.2021	Training mit Stefan R.	
10.11.2021	Freies Training	
17.11.2021	Freies Training	
24.11.2021	Training mit Dölf	
Dezember		
01.12.2021	Training mit Stefan R.	
08.12.2021	Weihnachtsessen	Details werden noch bekannt gegeben
15.12.2021	Training mit Rolf	
22.12.2021	Training mit Annemarie	

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).