

## Trainingsplan Februar 2023 - März 2023

<b>Februar</b>		
01.02.23	Training mit Barbara	
08.02.23	Hallentraining	
15.02.23	HV	Infos bereits mit separatem Mail erhalten
22.02.23	Hallentraining	
<b>März</b>		
01.03.23	Training mit Stefan R.	
05.03.23	Skitour	Infos folgen
08.03.23	Hallentraining	
15.03.23	Training mit Rolf	
22.03.23	Hallentraining	
29.03.23	Training mit Stefan R.	

Das Aussentraining startet jeweils um 18:45 Uhr beim Schulhaus Zentrum. Läufer und Walker wärmen sich gemeinsam auf, danach geht es getrennt weiter.  
Für das Hallentraining treffen wir um 17:30- 19:00 Uhr in der Turnhalle Zentrum.

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