

Trainingsplan Woche 29 / 15. - 21.07.2024

Tag	Datum	Zeit	Treffpunkt	Training	Material	Ende	TG
Mo	8.7.			Sommerlager !!!			
Di	9.7.			Sommerlager !!!			
Mi	10.7.			Sommerlager !!!			
Do	11.7.			Sommerlager !!!			
Fr	12.7.			Sommerlager !!!			
Sa	13.7.			Ferien !! oder individuelles Training gem. Planung			
So	14.7.			Ferien !! oder individuelles Training gem. Planung			

Besonderes diese Woche:

Bitte meldet euch im Nuudel an für den Berglaufcup

Club-Trainings, Zuständigkeit Cédi (jeweiliger Trainer siehe Monatsplanung)

RLZ-Trainings, Zuständigkeit Sylvia (jeweiliger Trainer siehe MP)

LS Laufschuhe / HS Hallenschuhe / SSt Skigangstöcke / RS Rollskis / TG Trainingsgruppe / *rot evtl. kurzfristige Änderungen*