

Trainingsplan Jugendlaufkurs

Regel-Trainingsplan für Jugendabteilung

Wochentag	Zeit	Wo	Was / Wer	Leitung	Besonderes
Montag	18 h 30	Grosser Parkplatz Vogelsangbrücke (beim Holzbiber)	DL auf die Bahn Bahntraining	M. Vogel D. Egloff	
Mittwoch	18 h 00	Schulhaus Brühl	DL	J. Vogel	im Winter jeweils Leuchtweste mitnehmen
Donnerstag	18 h 30	Rest.Corvinus	DL für alle	selbständig	

Abweichende Daten und Zeiten werden auf dem Mail-Verteiler durchgegeben.

Um sicher zu gehen, dass jemand anwesend ist, empfiehlt es sich, vor einem ersten (Schnupper-) Training die Hauptleiterin Jelena Vogel zu kontaktieren (079/555'58'83)!

Die Trainings dauern ca. 1 - 1 1/4 h.
Bushalt ganz in der Nähe der Besammlungsorte!