

Trainingsplan für August - September 2008

TAG		ZEIT	TREFFPUNKT / WK -ORT	TRAININGS- GRUPPE	AUSRÜSTUNG + BEMERKUNG
25	Mo	16:30	Waldhöhe	TG- 2,K,J	LA
26	Di				
27	Mi	16:30	Lange Allee	TG- 2,K,J	Roller CL / Inliner
28	Do	17:00	Turnhalle GHS	TG- 2,K,J	
29	Fr				
30	Sa	14:00	LLZ-Zellerfeld	TG- ,K,J	Roller CL / FT
31	So				
01	Mo	16:30	Ilsenburger Stieg	TG- 2,K,J	Crosslauf
02					
03	Mi	16:30	Stapelburg	TG -2,K,J	Roller FT/ Inliner
04	Do	17:00	Turnhalle GHS	TG- 2,K,J	
05	Fr				
06	Sa	14:00	LLZ-Zellerfeld	TG- K,J	Roller CL
07	So				
08	Mo	16:30	Waldhöhe	TG- 2,K,J	LA
09	Di				
10	Mi	16:30	Lange Allee	TG- 2,K,J	Roller CL / Inliner
11	Do	17:00	Turnhalle GHS	TG- 2,K,J	
12	Fr				
13	Sa	14:00	LLZ-Zellerfeld	TG-2,K,J	Roller CL / FT
14	So	09:00	WK Inliner Techniksprint	Alle TG	Tiefgarage Marktkauf Bad Harzburg/ SK Oker Ausrichter RL
15	Mo	16:30	Ilsenburger Stieg	TG- 2,K,J	
16	Di				
17	Mi	16:30	Lange Allee	TG- 2,K,J	Roller CL / Inliner
18	Do	17:00	Turnhalle GHS	TG- 2,K,J	
19	Fr				
20	Sa	09:30	LLZ-Zellerfeld / SC Buntentock	Alle TG	WK Skiroller CL RL
21	So				
22	Mo	16:30	Ilsenburger Stieg	TG- 2,K,J	Crosslauf
23	Di				
24	Mi	16:30	Ilsenburger Stieg	TG- 2,K,J	Crosslauf mit Stöcken
25	Do	17:00	Turnhalle GHS	TG-2,K,J	
26	Fr				
27	Sa	09:30	SC Buntentock	Alle TG	WK Crosslauf RL
28	So				
29	Mo	16:30	Ilsenburger Stieg	TG- 2,K,J	Crosslauf Komplex
30	Di				

Info: Maik Wetterling - 0171 7433134 - maiwetter04@web.de - Sophienring 15, 38667 Bad Harzburg

Für den Nachwuchs:

Mittwochs Hallentraining in der Mehrzweckhalle Oker um 17 Uhr mit Werner Feld

Donnerstags Inlinertraining 17 Uhr Gerhart-Hauptmann-Schule Bad Harzburg