

Trainingsplan für Februar 2007 SK Oker

01	Do	16:00	LLZ Sonnenberg	FT	Alle TG	
02	Fr	18:00	Nachtsprint City-Lauf St.Andreasberg	FT	Ab S12	
03	Sa	10:00	LLZ Sonnenberg	CL	TG2+Kader	
04	So	09:00	Alpine Fahrformen für Langläufer	FT		
05	Mo	16:00	LLZ Sonnenberg	CL	Alle TG	
06	Di					
07	Mi	16:00	LLZ Sonnenberg	CL	Alle TG	
08	Do	16:00	LLZ Sonnenberg	CL	Alle TG	
09	Fr					
10	Sa	10:00	LLZ Sonnenberg	FT	Kader	
11	So	09:00	LM Lange Strecke (Massenstart) Altenau Tischlertal	CL	Ab S8	
12	Mo	16:00	LLZ Sonnenberg	CL	Alle TG	
13	Di					
14	Mi	18:00	Nachtsprint Braunlage	CL	Alle TG	
15	Do	10:00	Tag der Braunschweiger Skijugend Sonnenberg	CL	Alle Schulkinder	Meldung über die Schule
16	Fr		2.DSC Wunderthausen Anreise		Kader	Einladung
17	Sa		Sprint FT		Kader	
18	So	09:00	LM Staffel Buntenbock DSC Massenstart 5km CL	CL/FT/FT	Alle TG Kader	
19	Mo	16:00	LLZ Sonnenberg	CL/FT	TG1+TG2	
20	Di					
21	Mi	16:00	LLZ Sonnenberg	FT	Alle TG	
22	Do	16:00	LLZ Sonnenberg	FT	Alle TG	
23	Fr					
24	Sa	09:00	LM Techniksprint	FT	Ab S10	
25	So					
26	Mo	16:00	LLZ Sonnenberg	CL	Alle TG	
27	Di					
28	Mi	16:00	LLZ Sonnenberg Bergkristall Cl.-Zellerfeld	CL CL	Alle TG S7-11	

Info. 01717433134 Maik Wetterling