



# Training Ski/ MTB 2018

gültig ab 05.11.2018



|                   | Montag   | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag | Freitag  |
|-------------------|--|---|---|------------|--|
|                   | <b>Hallentraining</b>  | <b>Hallentraining<br/>Lauftraining</b>                            | <b>Hallentraining<br/>Lauftraining (Kids)</b>         |            | <b>Langlauftraining<br/>(bei entsprechender<br/>Schneelage)</b>                          |
| <b>Treffpunkt</b> | Turnhalle<br>Wüstenselbitz   | Turnhalle<br>Wüstenselbitz  |   |            | entweder Turnhalle<br>Wüstenselbitz oder<br>Walberngrüner Gletscher<br>(nach Schneelage) |
| <b>Trainer</b>    | Kids bis 7 Jahre<br>Nicole Wilfling<br>Franziska Kehler<br><br>Kids 8-12 Jahre<br>Peter Rotter<br>Jürgen Fischer | Gustav Rauh   | Gustav Rauh, Angelina<br>Streibelt, Susanne Grießbach |            | Gustav Rauh, Angelina<br>Streibelt, Susanne Grießbach                                    |
| <b>Uhrzeit</b>    | Kids bis 7 Jahre<br>16:30 - 18:00<br><br>Kids 8-12 Jahre<br>18:00 - 19:30  | 18:00 - 20:00 davon<br>18:00 - 18:30 Lauftraining                 | 16:30 - 18:00 davon<br>16:30 - 16:50 Lauftraining     |            | 15:30 - 17:00  |
|                   |  | ab 14 Jahre<br>für das Lauftraining bitte extra Schuhe mitbringen | bis ca. 13 Jahre                                      |            |  |