



LSV Uetendorf Trainingsplan Januar 2023

Die Nordic-Walking Gruppe macht im Dezember & Januar eine Winterpause.

Datum	Tag		Trainingsform	Strecke	Zeit	Ort	Leiter/in
03.01.2023	Di	Gruppe 1	Grundlagen-Dauerlauf	Uttigen	19.00 Uhr	Bergschulhaus	Simon
		Gruppe 2					Markus
		Gruppe 3					Marianne
05.01.2023	Do		Dauerlauf		18.00 Uhr	Bergschulhaus	Fritz/Ueli
10.01.2023	Di	Gruppe 1	Grundlagen-Dauerlauf	Allmendingen	19.00 Uhr	Bergschulhaus	Simon
		Gruppe 2					Marianne
		Gruppe 3					Sonia
12.01.2023	Do		Dauerlauf		18.00 Uhr	Bergschulhaus	Fritz/Ueli
17.01.2023	Di	Gruppe 1	Grundlagen-Dauerlauf	Steffisburg	19.00 Uhr	Bergschulhaus	Simon
		Gruppe 2					Markus
		Gruppe 3					Marianne
19.01.2023	Do		Dauerlauf		18.00 Uhr	Bergschulhaus	Fritz/Ueli
24.01.2023	Di	Gruppe 1	Grundlagen-Dauerlauf	Gurzelen	19.00 Uhr	Bergschulhaus	Markus
		Gruppe 2					Corinne
		Gruppe 3					Marianne
26.01.2023	Do		Dauerlauf		18.00 Uhr	Bergschulhaus	Fritz/Ueli
31.01.2023	Di	Gruppe 1	Grundlagen-Dauerlauf	Thierachern	19.00 Uhr	Bergschulhaus	Beat
		Gruppe 2					Marianne
		Gruppe 3					Sonia