



LSV Uetendorf Trainingsplan Februar 2023

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

Datum	Tag		Trainingsform	Strecke	Zeit	Ort	Leiter/in
02.02.2023	Do		Dauerlauf		18.00 Uhr	Bergschulhaus	Fritz/Ueli
07.02.2023	Di	Gruppe 1	Hügeläufe	Thierachern	19.00 Uhr	Bergschulhaus	Simon
		Gruppe 2					Corinne
		Gruppe 3					Marianne
09.02.2023	Do		Dauerlauf		18.00 Uhr	Bergschulhaus	Fritz/Ueli
14.02.2023	Di	Gruppe 1	Minutenläufe	Steffisburg	19.00 Uhr	Bergschulhaus	Markus
		Gruppe 2					Marianne
		Gruppe 3					Sonia
16.02.2023	Do		Dauerlauf		18.00 Uhr	Bergschulhaus	Fritz/Ueli
21.02.2023	Di	Gruppe 1	3 x 10min Mitteltempo	Allmendingen	19.00 Uhr	Bergschulhaus	Simon
		Gruppe 2					Markus
		Gruppe 3					Marianne
23.02.2023	Do		Dauerlauf		18.00 Uhr	Bergschulhaus	Fritz/Ueli
28.02.2023	Di	Gruppe 1	Leichtes Fahrtspiel	Seftigen	19.00 Uhr	Bergschulhaus	Beat
		Gruppe 2					Corinne
		Gruppe 3					Marianne