



LSV Uetendorf Trainingsplan Mai 2024



Treffpunkt 19:00 Uhr beim Bergschulhaus

Die Nordic-Walking Gruppe mit Edi immer am Dienstag.

Jahreswoche	Dienstag	Donnerstag	Wochenende
19	07.05.24 3 x 7 Min Mitteltempo Strecke: Allmendingen Gr 1+2: Markus Gr 2+3: Sonia	09.05.24 Gemütlicher Dauerlauf (Zeit variierend - Info bei Ueli & Fritz holen)	08.05. – 12.05.24 Trainingslager LSV in Hallau
20	14.05.24 Hügelläufe Strecke: Limpachtal Gr 1: Markus Gr 2: Mike Gr 3: Anina	16.05.24 Gemütlicher Dauerlauf (Zeit variierend - Info bei Ueli & Fritz holen)	
21	21.05.24 2 Min Läufe Strecke: Aare Gr 1: Markus Gr 2: Marianne Gr 3: Sonia	23.05.24 Gemütlicher Dauerlauf (Zeit variierend - Info bei Ueli & Fritz holen)	26.05.24 Blüemlisalplauf in Reichenbach 
22	28.05.24 Aktive Erholung Strecke: Gürbe Gr 1: Sam Gr 2: Markus Gr 3: Anina	30.05.24 Gemütlicher Dauerlauf (Zeit variierend - Info bei Ueli & Fritz holen)	

News vom Trainerteam

Wettkämpfe Doppelte Punkte 2024

16. März	Kerzerslauf <input checked="" type="checkbox"/>
26. Mai	Blüemlisalplauf
23./24. August	Thunerstadtlauf
12. Oktober	Hallwilerseelauf

Resultate melden

Damit wir die Resultate auf der Homepage und auf der Vereinsmeisterschaftsliste erfassen können, bitte wir euch dies an Marianne marianne-perren@bluewin.ch oder 079 763 82 41 mit folgenden Angaben zu melden:

- Wettkampf
- Datum
- Kilometer
- Altersklasse
- Rang
- Anzahl Kategorie
- Laufzeit

***Herzliche Gratulation unserem Schweizer- und Vize Schweizermeister
Im Berglauf***

