



## Abteilung Run & Walk

### Trainingsplan (Oktober bis März)

aktualisiert: 25.09.2018

Tag	Gruppe / Mannschaft	Uhrzeit	Ort	Übungsleiter
Dienstag	Nordic Walking Frauen/Männer ab TGS	09:00 - 11:00	TGS	Wolf Norbert Burkard Annegret
Dienstag	Läufergruppe ab TGS	19:00 - 21:00	TGS	Alban Rainer
Donnerstag	Läufergruppe ab TGS	18:30 - 20:30	TGS	Alban Rainer
Donnerstag	Nordic Walking Frauen/Männer ab TGS	19:00 - 20:30	TGS	Beike Gerhard
Samstag	Läufergruppe	15:00 - 17:00	Parkplatz Sportvereinigung	Alban Rainer