

équipe vélo – Trainingsprogramm Winter 201/17 (Änderungen vorbehalten)

Wochentag	Uhrzeit	was	wer	wo	mit wem
Montag (ab 9. Jan.)	16:30 - 17:15 17:15 - 18:30	Rollentraining/ Spinning*	(nach Voran- meldung – Termin 1: Priorität U13 Termin 2: Priorität ab U15)	Am Marschallfeld 4 Oberlaindern	Christian W. + Pierrick
Dienstag (ab 10. Jan.)	18:30 - 19:45	Rollentraining/ Spinning*	(nach Voran- meldung – Priorität Erwachsene)	Am Marschallfeld 4 Oberlaindern	Christian W. + Pierrick
Mittwoch (ab 9. Nov.)	17:45 - 20:00	Konditionstraining	ab 12 Jahre	Dreifachsporthalle Holzkirchen Batusa Baumgartenstr.	Christian H. + Pierrick + Mischa H. + Pia W.
Donnerstag (ab 17. Nov.)	20:00 - 22:00	Kadertraining BRV-Nachwuchs	Nachwuchs- sportler ab U13	Einfachsporthalle Holzkirchen Schule Baumgartenstr.	Robert Gorgos
Samstag	14:30	Langlauf (wenn genug Schnee)	alle	Loipe Hartpenning	wechselnd
Sonntag	11:00	Rennrad	ab U17	Bahnhof Holzkirchen	ohne Kapitän

* Für das **Spinning** bitten wir um einen einmaligen Kostenbeitrag in Höhe von 20 Euro (bis einschl. U19) bzw. 30 Euro (ab U23) (der Beitrag gilt für den gesamten Winter für jeweils einen Trainingstermin/Woche). Er ist bei der ersten Teilnahme zu entrichten.

Mindestteilnehmerzahl für alle Termine: **5**