

Trainingsprogramm für die Saison 2016 (Änderungen vorbehalten)

(bitte auch Anmerkungen unten beachten)

Wochentag	Uhrzeit	was	wer	wo	mit wem
Montag Start 11. April	16:00 Uhr > > > >	RSS / MTB (bis einschl. U13)	BAMBINI-TEAM 20-ZOLL-TEAM FLITZI-TEAM CROSS-TEAM	NEU: Kids-Bike- Parcours Moarhölzl (Tragfluhalle)	Moni St.+ Christine B.+ Andi M. Pierrick + Helfer
Dienstag Start 12. April	17:00 Uhr	RR	LIGHT-TEAM	Bahnhof Holz- kirchen	Pierrick + Ralph K. +
Dienstag Start 12. April	18:30 Uhr <u>bis Ende April</u> <u>18:00 Uhr</u> <u>ab 6. Sept.</u> <u>17:30 Uhr</u>	RR	FIT-TEAM SPORT-/SPEED- TEAM (Erwachs. ab U17)	Bahnhof Holz- kirchen	Christian W. + Mischa H. + Alex K. Helfer
Mittwoch Start 13. April	16:00 Uhr > > >	RSS / MTB (bis einschl. U13)	BAMBINI-TEAM 20-ZOLL- TEAM FLITZI- TEAM CROSS-TEAM	wie Montag	Moni St.+ Andi M. + Pierrick + Helfer
Mittwoch Start 13. April	18:00 Uhr > > >	MTB	POWER-TEAM (Jgdl. + Erwachs.)	wie Montag	Pierrick + Ralf G. + Pierre-Geo P.
Donnerstag Start 14. April	17:00 Uhr	RR / MTB (wechselnd)	LIGHT-TEAM	Bahnhof Holz- kirchen	Ralph K. + Klaus B. + Alex K.
Donnerstag Start 14. April	18:30 Uhr <u>bis Ende April</u> <u>18:00 Uhr</u> <u>ab 8. Sept.</u> <u>17:30 Uhr</u>	RR	FIT-TEAM SPORT-/SPEED- TEAM (Erwachs. ab U17)	Bahnhof Holz- kirchen	Andi W. + Hannes G. + Helfer
Sonntag Start 15 April	10:00 Uhr 1x im Monat m. Vorankündigung	RR RR	SUNSHINE-TEAM (erw. Einsteiger) Long-Distance	Bahnhof Holz- kirchen	Toni M. Andi W.