

Trainingsprogramm für die Saison 2015 (Änderungen vorbehalten)

(bitte auch Anmerkungen unten beachten)

Wochentag	Uhrzeit	was	wer	wo	mit wem
Montag Start 13. April	16:00 Uhr > > > >	RSS / MTB (bis einschl. U13)	BAMBINI-TEAM 20-ZOLL-TEAM FLITZI-TEAM CROSS-TEAM	Holzkirchen, Freifläche Ohmstr. (hinter McDonald) (Ortsausgang Richtung München)	Moni St.+ Christine B.+ Pierrick + Helfer
Dienstag Start 14. April	16:30 Uhr	RR	LIGHT-TEAM	Bahnhof Holzlk., Sprachzentrum	Pierrick + Alex K.
Dienstag Start 14. April	18:30 Uhr <u>bis Ende April</u> <u>18:00 Uhr</u> <u>ab 1. Sept.</u> <u>17:30 Uhr</u>	RR	FIT-TEAM SPORT-/SPEED-TEAM	Bahnhof Holzlk., Sprachzentrum	Pierrick + Christian W.
Mittwoch Start 15. April	16:00 Uhr > > >	RSS / MTB (bis einschl. U13)	BAMBINI-TEAM 20-ZOLL-TEAM FLITZI-TEAM CROSS-TEAM	wie Montag	Moni St.+ Steffi S. + Pierrick + Alex K. +
Mittwoch Start 15. April	18:00 Uhr > > >	MTB	POWER-TEAM (Jgdl. + Erwachs.)	wie Montag	Pierrick + Ralf G.
Donnerstag Start 16. April	17:00 Uhr (neu)	RR / MTB (wechselnd)	LIGHT-TEAM	wie Dienstag	Klaus. B. + Ralph K.
Donnerstag Start 16. April	18:30 Uhr <u>bis Ende April</u> <u>18:00 Uhr</u> <u>ab 3. Sept.</u> <u>17:30 Uhr</u>	RR	FIT-TEAM SPORT-/SPEED-TEAM	wie Dienstag	Pierrick + Helfer
Sonntag Start 19. April	10:00 Uhr	RR	SUNSHINE-TEAM (erwachsene Einsteiger)	wie Dienstag	Barbara T.

März: Rennradtraining vor allem am Samstag/Sonntag um 11 Uhr (nach Mail-Ankündigung)

April: In den Osterferien wegen Trainingswoche in Italien kein offizielles Training

Über die Saison verteilt werden darüber hinaus mehrere MTB-Touren angeboten

(Info erfolgt per Rundmail)