



Treffpunkt der Trainings

Halle:	Turnhalle Silenen	Jg 2010 - 2013 Jg 2009 u. älter	18.00 - 19.30 19.30 - 21.00
Langlauf:	Unterschächen	Jg 2011 u. älter	18.15 - 19.45
Berglauf:	Parkplatz Seilbahn Haldi	Jg 2011 u. älter	18.00 - 19.30
Strasse:	Feuerwehrlokal Erstfeld		18.00 - 19.30
Bike:	Selderboden Silenen		18.00 - 19.15/30

Kategorien

Strasse S1	Chrigi
Strasse S2	Bruno
Strasse S3	Dani
Bike B1	Patrik/ Silvan
Bike B2	Lars/ Beni
Bike B3	Janine
Bike B4	Dani
Selderboden	Myriam/ Marino
Berglauf	Chrigi
Langlauf	Bruno
Hallentraining	Dani Lars
Conconi	Marino/Chrigi

Leitereinsatz

Ni	Nik
Ei	Elio
Be	Beni
Br	Bruno
C	Chrigi
D	Dani
J	Janine
L	Lars
Ma	Marino
My	Myriam
P	Patrick
Ro	Rolf
Si	Silvan
W	Walti



**Trainingsprogramm 2022
1. Quartal**

Januar			
Sa	1		
So	2		
Mo	3		
Di	4		
Mi	5	Schulferien	
Do	6		
Fr	7		
Sa	8		
So	9		
Mo	10		
Di	11	1815 Langlauf Unterschächen	Br,Be,Ro
Mi	12		
Do	13	1800 Berglauf	C,Si
Fr	14	1800 Hallentraining	La
Sa	15		
So	16		
Mo	17		
Di	18	1815 Langlauf Unterschächen	Br,Be,Ro
Mi	19		
Do	20	1800 Berglauf	C,Si
Fr	21	1800 Hallentraining	D
Sa	22		
So	23		
Mo	24		
Di	25	1815 Langlauf Unterschächen	Br,Be,Ro
Mi	26		
Do	27	1800 Berglauf	C,Si
Fr	28	1800 Hallentraining	D
Sa	29	1430 Rennfahrerweekend Brüsti ab U13 mit	Ma,Br,Nik
So	30	übernachten, anmelden bei Marino	
Mo	31		

Februar			
Di	1	1815 Langlauf Unterschächen	Br,Be,Ro
Mi	2		
Do	3	1800 Berglauf	C,Si
Fr	4	1800 Hallentraining	D
Sa	5		
So	6		
Mo	7		
Di	8	1815 Langlauf Unterschächen	Br,Be,Ro
Mi	9		
Do	10	1800 Berglauf	C,Si
Fr	11	1800 Hallentraining	La,D
Sa	12		
So	13		
Mo	14		
Di	15	1815 Langlauf Unterschächen	Br,Be,Ro
Mi	16		
Do	17	1800 Berglauf	C,Si
Fr	18	1800 Hallentraining	La,D
Sa	19	1300 B1/B2 Bike, Treffp. Attinghausen Brücke	Nik
So	20		
Mo	21		
Di	22		
Mi	23	Fasnachtsferien bis 4.3.2022	
Do	24		
Fr	25		
Sa	26		
So	27		
Mo	28		

März			
Di	1		
Mi	2		
Do	3		
Fr	4		
Sa	5	1300 S1/S2, Strasse Treffp. Erstfeld,	C,
So	6		
Mo	7		
Di	8	1815 Langlauf Unterschächen	Br,Be,Ro
Mi	9		
Do	10	1800 Berglauf	C,Si
Fr	11	1800 Hallentraining	La,D
Sa	12	Proffix Cup Rickenbach Lu	
So	13	Proffix Cup Rickenbach Lu	
Mo	14		
Di	15	1815 Langlauf Unterschächen	Br,Be,Ro
Mi	16	1930 Leitereinsatz	alle
Do	17	1800 Berglauf	C,Si
Fr	18	1800 Hallentraining	La,D
Sa	19	1300 S1/S2, Strasse Treffp. Erstfeld,	C, Br
So	20		
Mo	21		
Di	22	1730 B1/B2 Bike Treffp. Attinghausen Brücke	P,Be
Mi	23	1730 S1/S2, Strasse Treffp. Erstfeld,	C,Br
Do	24	1800 Berglauf	C,Si
Fr	25	1800 Hallentraining	La,D
Sa	26	ökk Bike Cup Riviera	
So	27	ökk Bike Cup Riviera	
Mo	28		
Di	29	1730 B1/B2 Bike Treffp. Attinghausen Brücke	P,Be
Mi	30	1730 S1/S2, Strasse Treffp. Erstfeld,	C,Br
Do	31		

