

Sara an der SM U23 über 800m

Sara nahm die Gelegenheit nochmals wahr, an der Schweizermeisterschaften der U23 teilzunehmen. Mit nur kurzem Trainingsaufbau konnte sie zwar auf dem hohen Niveau nicht mithalten. Zeigte dennoch eine solide Leistung und darf sich daran erfreuen, wieder Wettkämpfe bestreiten zu können!
Mit 2.29.25 blieb sie unter 2:30 Minuten

Herzliche Gratulation!



Trainings diese Woche

Montag	Ausdauer – Individuelle Programme	17:30-18:45/19:00	Rheinwiese
Dienstag	Intervalle (Bahn) LA_Running	18:30-19:45/20:00	Rheinwiese
Mittwoch	Krafttraining auf Anfrage	17:30 – 19:00	Schaan
Donnerstag	Schwelle und Individuelle Trainings	17:30-18:45/19:00	Rheinwiese
Freitag			
Samstag	Ausdauer und Individuelle Trainings	09:45-11:00/15	Rheinwiese

Nächste Termine

31.Aug-1.Sep	U16/18 SM	Lausanne
7.Sep	Staffel SM	Genf