

Wir sind wieder da!



«Trainiert wie die Profis»

Knapp dreissig Nachwuchs Athletinnen und Athleten nutzten auch dieses Jahr die Trainingstage und machen sich fit für die kommenden Wettkämpfe!

Trainings diese Woche

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