

Lauftreff und Krafraum



Der SSC Walensee lanciert auf diesen Winter für die Mitglieder ein Lauftreff. Als Zusatzangebot steht der Krafraum der Sportschule in der Mehrzweckhalle Unterterzen zur Verfügung. Der Termin ist so gesetzt, dass der Lauftreff während des Konditionstraining Race stattfindet und somit die beiden Events zeitgleich aufhören (Abholen der Kinder).

Es sind alle Mitglieder herzlich eingeladen gemeinsam in lockerer Atmosphäre sich während den Wintermonaten fit zu halten.

Informationen Lauftreff:

Datum:	Jeden Donnerstagabend von 19.00 Uhr bis 19.45 Uhr
Treffpunkt:	Foyer Mehrzweckhalle Unterterzen
Mitnehmen:	Aussensportbekleidung, Stirnlampe, reflektierendes Kleidungsstück
Kosten:	Gratis
Anmeldung:	Es ist keine Anmeldung erforderlich (Start um Punkt 19.00 Uhr)
Leitung:	Trainerteam Race mit Beat Nadig

Informationen Krafraum:

Datum:	Öffnungszeit jeden Donnerstagabend von 18.00 Uhr bis 19.45 Uhr
Treffpunkt:	Foyer Mehrzweckhalle Unterterzen
Mitnehmen:	Sportbekleidung, Hallenturnschuhe und Handtuch
Kosten:	Gratis
Anmeldung:	Es ist keine Anmeldung erforderlich
Ablauf:	Instruktion und Schlüssel kann vom anwesenden Race-Trainer in der Turnhalle bezogen werden
Leitung:	Trainerteam Race mit Beat Nadig

Terminplan Lauftreff / Krafraum:

- Jeden Donnerstag vom 29.11.2018 bis 04.04.2019

An folgenden Terminen findet **kein** Training statt:

- Donnerstag 27.12.2018 (Weihnachtsferien)
- Donnerstag 03.01.2019 (Weihnachtsferien)
- Donnerstag 28.02.2019 (Schmutziger Donnerstag)
- Donnerstag 07.03.2018 (Sportferien)

Sportliche Grüsse
 Trainerteam SSC Walensee