

Trainingsplan Animationsgruppe

Sommer 2024



Datum	Uhrzeit	Treffpunkt	Sportart	Bemerkung
Montag, 27. Mai 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Bike	
Montag, 3. Juni 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen	
Montag, 10. Juni 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen und Vitapacours	
Samstag, 15. Juni 2024		tbd	Clubwanderung	Infos folgen
Montag, 17. Juni 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Bike	
Montag, 24. Juni 2024	18.00	Schulhausplatz Plasselb	Joggen	Anschliessend Grillabend in der Ärgera (Infos folgen)
Montag, 1. Juli 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen	
Montag, 8. Juli 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen	
Montag, 15. Juli 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen und Vitapacours	
Montag, 22. Juli 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Bike	
Montag, 29. Juli 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen	
Montag, 5. August 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen und Vitapacours	
Montag, 12. August 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Einführung ins Krafttraining	
Montag, 19. August 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen	
Montag, 26. August 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen	
Montag, 2. September 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen und Vitapacours	
Montag, 9. September 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Bike	
Montag, 16. September 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen	
Montag, 23. September 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Bike	
Montag, 30. September 2024	18.30	Schulhausplatz Plasselb	Joggen	