

Trainingsplanung Tri Speeders 2023

KW	Samstag	9:30 - 11:45	Trainer	Montag Schwimmen Obere Au 18:00	Montag Lauftraining Obere Au 18:00	Trainer	Mittwoch Schwimmen Sand 20:30	Trainer	Bemerkung
52									Weihnachtsferien
1				2.1.2023		Iris			Weihnachtsferien
2				9.1.2023		Iris	11.1.2023	Peter	
3	14.1.2023	Halle & Schwimmen Sand	François/Iris	16.1.2023		Iris	18.1.2023	Peter	
4				23.1.2023		Iris	25.1.2023	Peter	
5	28.1.2023	Halle & Schwimmen Sand	François/Iris	30.1.2023		Iris	1.2.2023	Peter	
6	4.2.2023	Langlauf-WE Seefeld		6.2.2023		Iris	8.2.2023	Peter	
7	11.2.2023	Halle & Schwimmen Sand	Romy	13.2.2023		Iris	15.2.2023	Peter	
8				20.2.2023		Iris	22.2.2023	Peter	
9				27.2.2023		Iris	1.3.2023	Peter	Sportferien
10				6.3.2023		Iris	8.3.2023	Peter	
11	11.3.2023	Hallentraining Sand	Monika	13.3.2023		Iris	15.3.2023	Peter	
12				20.3.2023		Iris	22.3.2023	Peter	
13	26.3.2023	Regio League Sand (Sonntag)		27.3.2023		Iris	29.3.2023	Peter	
14	1.4.2023	Outdoortraining & Schwimmen Sand	Monika	3.4.2023		Iris	5.4.2023	Peter	
15				10.4.2023		Iris	12.4.2023	Peter	
16	15.4.2023	Outdoortraining & Schwimmen Sand	Monika	17.4.2023		Iris	19.4.2023	Peter	Frühlingsferien
17					24.4.2023	François	26.4.2023	Peter	Frühlingsferien
18					1.5.2023	François	3.5.2023	Peter	
19					8.5.2023	François	10.5.2023	Peter	TL Cambrils
20	14.5.2023	Regio Cup Duathlon Wallisellen			15.5.2023	François	17.5.2023	Peter	
21					22.5.2023	François	24.5.2023	Peter	
22					29.5.2023	François	31.5.2023	Peter	
23	3.6.2023	Outdoortraining (Regio Cup Aquathlon Tesserete)	Monika		5.6.2023	François	7.6.2023	Peter	
24					12.6.2023	François	14.6.2023	Peter	
25	17.6.2023	Outdoortraining (Schülertriathlon Winterthur)	Monika		19.6.2023	François	21.6.2023	Peter	
26					26.6.2023	François	28.6.2023	Peter	