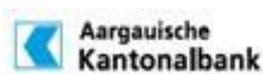


Datum	Zeit	Ort	Inhalt
<b>7.2.2020</b>	15.00-17.00	Sprintkorridor BSA	- Hürdenvorübungen - Wettkampfvorbereitung
<b>21.2.2020</b>	15.00-17.00	Sprintkorridor BSA	- Hürdenvorübungen - Wettkampfvorbereitung
<b>6.3.2020</b>	15.00-17.00	Sprintkorridor BSA	- Aufbautraining Sommersaison - Hürdenspezifisches Krafttraining
<b>13.3.2020</b>	15.00-17.00	Sprintkorridor BSA	- Aufbautraining Sommersaison - Hürdenspezifisches Krafttraining
<b>20.3.2020</b>	15.00-17.00	Sprintkorridor BSA	- Aufbautraining Sommersaison - Hürdenspezifisches Krafttraining
<b>27.3.2020</b>	15.00-17.00	Sprintkorridor BSA	- Aufbautraining Sommersaison - Hürdenspezifisches Krafttraining
<b>17.4.2020</b>	15.00-17.00	Schachen Aarau	- Vorübungen Zwischenhürdenlauf/ Überquerung - Hürdenlaufen, Vorbereitung Wettkampfdistanz
<b>24.4.2020</b>	15.00-17.00	Schachen Aarau	- Vorübungen Zwischenhürdenlauf/ Überquerung - Hürdenlaufen, Vorbereitung Wettkampfdistanz
<b>1.5.2020</b>	15.00-17.00	Schachen Aarau	- Hürdenvorübungen - Wettkampfvorbereitung
<b>8.5.2020</b>	15.00-17.00	Schachen Aarau	- Hürdenvorübungen - Wettkampfvorbereitung

- Nach Vereinbarung ist der Besuch von leistungsorientierten Hürdentrainings dienstags 17.30-19.20 ab Kategorie U18 möglich
- Trainingsteilnahme bitte per Mail anmelden, damit die Inhalte individuell angepasst werden können

**LEADING PARTNER**

**LEISTUNGSPARTNER**
