

## RLZ-Training MK, Widen Sportzentrum Burkertsmatt, Sommer 2024

Datum	Zeit	Ort	Inhalt	Bemerkung
Mo 22.04.2024	18:00-19:30	Burkertsmatt Widen	Sprint/ Weit /Kugel	
Mo 29.04.2024	18:00-19:30	Burkertsmatt Widen	Hürden/Hoch/Speer-	
Mo 06.05.2024	18:00-19:30	Burkertsmatt Widen	Sprint/ Weit /Kugel	
Mo 13.05.2024	18:00-19:30	Burkertsmatt Widen	Sprint/ Weit /Diskus	
Mo 20.05.2024			Ausfall	Pfingstmontag
Mo 27.05.2024	18:00-19:30	Burkertsmatt Widen	Hürden/Hoch/Speer-	
Mo 03.06.2024	18:00-19:30	Burkertsmatt Widen	Sprint/ Weit /Kugel	
Mo 10.06.2024	18:00-19:30	Burkertsmatt Widen	Sprint/ Weit /Diskus	
Mo 17.06.2024	18:00-19:30	Burkertsmatt Widen	Hürden/Hoch/Speer-	
Mo 24.06.2024	18:00-19:30	Burkertsmatt Widen	Sprint/ Weit /Kugel	
Mo 01.07.2024	18:00-19:30	Burkertsmatt Widen	Sprint/ Weit /Diskus	
Mo 07.07.2024			Ausfall	Beginn Schulferien

Die Inhalte nach den Sommerferien werden im Juni bekannt gegeben.

News zu Inhalten und Trainingszeiten via WhatsApp-Chat.

RLZ-Mehrkampf  
Noelaineza Augustin-Bearda  
079 359 89 80  
[vorkader@alv-athletics.ch](mailto:vorkader@alv-athletics.ch)

Apr 2024/ nau