

Trainingsplan Juni 2018

- Freitag, 1. Juni:** Grob- und Feinorientierung in Haiming
Abfahrt um 17:30 Uhr NMS Imst Oberstadt
- Montag, 04. Juni:** Lauftraining in Strad (Treffpunkt am Parkplatz Fitnessparcour um 19:00 Uhr)
- Mittwoch, 06. Juni:** KIDDY OL in Obtarrenz; Treffpunkt 17:00 Uhr Sportplatz
- Mittwoch, 06. Juni:** Koordination, Kraft und Beweglichkeitstraining im Studio Kopp; 19:00 Uhr
- Donnerstag, 07. Juni:** Ampel und Mannschaftstraining in Haiming; Abfahrt 14:30 Uhr NMS Oberstadt (sollte es heiß sein, dann erst um 17:30 Uhr)
- Freitag, 08. Juni:** siehe Donnerstag. Wer von den Großen zum Bahnlegerseminar möchte, kann das anstatt dem Training machen.
- Samstag, 09. Juni:** Teilnahme an der ÖM Lang in Gutenbrunn (Infos kommen noch)
- Sonntag, 10. Juni:** ÖM Mannschaft in Gutenbrunn
- Montag, 11. Juni:** Auslaufen in Hochimst; Treffpunkt Parkplatz 19:00 Uhr
- Mittwoch, 13. Juni:** Kiddy OL in Strad; Treffpunkt 17:00 Uhr Parkplatz Fitnessparcour
- Mittwoch, 13. Juni:** Koordination, Kraft und Beweglichkeit im Studio Kopp; 19:00 Uhr
- Donnerstag, 14. Juni:** Downhill O in Obtarrenz; je nach Wetter 15.00 oder 18:00 Uhr
- Freitag, 15. Juni:** siehe Donnerstag
- Samstag, 16. Juni:** Teilnahme bei der TM Lang und dem 5. TC Innsbruck Hungerburg
Infos kommen noch
- Montag, 18. Juni:** Lauftraining im Sportzentrum Imst; 19:00 Uhr
- Mittwoch, 20. Juni:** Kiddy OL bei der Knappenwelt mit Kneippen an der Kneippanlage
- Mittwoch, 20. Juni:** Koordination, Kraft und Beweglichkeit im Studio Kopp; 19:00 Uhr
- Donnerstag, 21. Juni:** Attackpoint O Intervalle in Seefeld; eventuell alle gemeinsam erst am Samstag gegen Abend
- Freitag, 22. Juni:** Siehe Donnerstag
- Montag, 25. Juni:** Lauftraining auf der Bahn in Stams (Bahnentest für alle)

Mittwoch, 27. Juni: KIDDY OL in Hochimst; 17: 00 Uhr Parkplatz

Mittwoch, 27. Juni: Koordination, Kraft und Beweglichkeit im Studio Kopp; 19:00 Uhr

Donnerstag, 28. Juni: KROKI O in Hochimst; je nach Wetter um 15:00 UHR oder 18:00 Uhr

Freitag, 29. Juni: siehe Donnerstag

Samstag, 30. Juni: eventuell Teilnahme bei der ÖM Mittel in Loipersdorf, aber ist noch nicht fix.