

Wintertraining

Beginn des Wintertrainings: 15.10.2018

Montag	19:00 bis 20:00 Uhr Fit im Rücken Kleine Sporthalle (1 Teil)
Dienstag	19:00 bis 20:00 Uhr Fitnessstraining (vorher ab 18:30 Uhr Warmlaufen 3 km - 5 km) Kleine Sporthalle
Mittwoch	Nordic Walking an der Cecilienhöhe Anfangszeiten bitte bei Conny Dehne erfragen (05105/80126) oder bei Doris Matthias (0160 1877697)
Donnerstag	18:30 Uhr Lauffreff Treffpunkt: Haus Kassel
Freitag	19:00 bis 20:00 Uhr Fitnessstraining – anschließend Stammtisch Große Sporthalle Am 26.10.2018 kein Training → Nachtwanderung !!!
Sonntag	9:30 Uhr Waldlauf / Walking / Nordic Walking Cecilienhöhe

In den Schulferien sind die Hallen geschlossen. Training kann in dieser Zeit daher nicht stattfinden.

Sommertraining 2019

Beginn des Sommertrainings: 24.04.2019

Montag	18:00 – 20:00 Uhr Sportabzeichen Sportplatz (Beginn Mitte Mai 2019)
	19:00 bis 20:00 Uhr Fit im Rücken Kleine Sporthalle (1Teil)
Dienstag	18:30 Uhr Fitnessstraining mit Lauftreff Treffpunkt Haus Kassel
Mittwoch	18:00 – 19:00 Nordic Walking Treffpunkt Cecilienhöhe
Donnerstag	18:30 Uhr Lauftreff Treffpunkt: Haus Kassel
Sonntag	9:30 Uhr Waldlauf / Walking / Nordic Walking Cecilienhöhe

In den Schulferien sind die Hallen und die Sportanlage geschlossen. Training kann in dieser Zeit daher nicht stattfinden.

Beginn des Wintertrainings 2019: 21.10.2019