

Ausschreibung

Kaderzusammenzug Mittelstrecken in Magglingen vom 6. Januar 2024

Liebe Athletinnen und Athleten, liebe Trainerinnen und Trainer

Wir freuen uns, euch die Informationen für den KZZ Mittelstrecken in Magglingen zukommen zu lassen.

Datum	Samstag, 6. Januar 2024
Ort	Magglingen, Halle End der Welt
Hauptleitung	André Puschnig
Teilnehmer/innen	<u>Registrierte</u> Athleten/innen des Regionalkaders NLZ NWS
Disziplinen	Mittelstrecken
Anmeldung	https://www.nlz-nws.ch/kaderzusammenzuege/ oder direkt über diesen Link: https://forms.office.com/r/SX49He87Hs



Die Anmeldung ist verbindlich.

Anmeldeschluss: Samstag, 23. Dezember 2023

Hin- und Rückreise Die Hin- und Rückreise erfolgt individuell. Sprecht euch gegenseitig ab und bildet Fahrgemeinschaften.

Ablauf
11.00 Uhr Besammlung Halle End der Welt
11.15 Uhr Information & Besprechung, anschl. individuelles Einlaufen
12.00 Uhr „scharfer Start“ Bahntraining
13.30 Uhr Auslaufen, Körperpflege, Heimreise

Mitnehmen Trainingsbekleidung für die Halle, inklusive Nagelschuhe und Hallenschuhe, sowie persönliche Trainingsgeräte (Blackroll, etc.).

Informationen André Puschnig, 079 506 23 24 / a.puschnig@bs.ch
Homepage: www.nlz-nws.ch

Bei Fragen könnt ihr euch direkt an André Puschnig wenden.

Mit sportlichen Grüssen