

Trainingsplan Winter 2019 / 2020

| Disziplin | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|--|--|----------|----------|------------|---------|---|
|  | 19:40 – 21:00 Schwimmbad Brigerbad Ab 7. Oktober Daniel I. / Heleen | | | | | 09:00 – 11:30 Schwimmbad Brigerbad Frei |
|  | | | | | | 16:30 – 18:30 Spinning Olympica Gamsen Ab 2. November Amadé & Donald |
|  | 18:30 – 19:30 Schwimmbad Brigerbad Ab 7. Oktober Daniel I. / Heleen | | | | | |

Information Hallenbad Brigerbad: Die Bahnen sind für Triathlon Oberwallis reserviert.
 Koordination: Eric Werfeli, ericwerfeli79@gmail.com