

Terminvorschau 2011

Termine und Aktivitäten der Langlaufgruppe ab Januar 2011

Training	Montags	Treffen 18,00 Uhr Südbahnhof Trasse 10 km oder Schaberg 10 km im Wechsel , siehe hierzu monatlichen Trainingsplan
	Dienstags	Treffen 18,00 Uhr Gruppe Wilkinson Südbahnhof Trasse , Schaberg oder Museum Baden je 10 km im Wechsel , siehe hierzu monatlichen Trainingsplan
	Donnerstags	Treffen ab 18,00 Uhr Sportplatz Schaberg anschließend ab 19,00 Uhr Krafttraining (Krafraum)
	Freitags	Hallentraining 19,00 Uhr Theodor Heuss Schule mit Markus Wendler Felderstr
	Sonntags	Treffen 8,15 Uhr siehe hierzu monatlichen Trainingsplan Laufstrecke ab 12 km

Datum	Aktivitäten
xx.03.2011	Meeting der Langlaufgruppe
21.03.2011	Mitgliederversammlung SLC Leichtathleten 19,00 Uhr Clubhaus
04.04.2011	Mitgliederversammlung SLC 19,00 Uhr Clubhaus
26.03.2011	Königsforst HM Sammelmeldung durch H. Reuter
08.05.2011	Düsseldorf Marathon
20.- 22.05.2011	Rennsteig / Thüringen UM , HB 17 Teilnehmer des SLC werden am Rennsteiglauf teilnehmen Nachmelder können sich bei mir weitere Informationen holen ,
xx.06.2011	Besprechung Klingenpfadlauf
xx.07.2011	Meeting der Langlaufgruppe
07.08.2011	Klingenpfadlauf - Solingen 73,5 Km ,Teiletappen möglich Freundschaftslauf , keine Zeitnahme , gelaufen wird in einer Gruppe mit ca. 6,5 - 7,0 Min Schnitt pro KM Meldungen nehme ich hier bis 04.08. entgegen
August	Bergwanderung Weiter Informationen gibt Andrea Friedberger
04.09.2011	Vereinsmeisterschaft (5000 Meter ?)

24.-25.09.2011

Oberheukelbach Trainingslager

Ein Wochenende in Oberheukelbach (hinter Wipperführt)
mit Trainingseinheiten und Abends Grillen
Ich hoffe hier auf rege Teilnehmerzahl

16.10.2011

SLC Brückenlauf

xx.11.2011

Meeting der Langlaufgruppe

12.11.2011

Troisdorf 6 Stundenlauf

Staffel (4 Teilnehmer) sowie Einzelläufer
Strecke 2,5 km Rundkurs
Meldungen nehme ich entgegen bis 30.10.

02.12.2011

Weihnachtsfeier

Weitere Informationen erfolgen noch
Silvia Schütz

**Diese Termine gelten für alle Langläufer sowie für die
Gruppe Wilkinson**