

Start in die Saison



Training Samstag 27.Mai

Die Bahnsaison startet kommende Woche. Wir sind gespannt auf den Einstieg. 300 – 400 - 600 – 800 – 1000 – 1500 - 2000 Stehen die kommenden Wochen in den verschiedenen Kategorien auf dem Programm. Freuen wir uns auf gelungene Rennen und viele Bestzeiten!

Helfereinsatz TV Schaan am Jahrmarkt

Ich denke da leisten wir gerne auch unseren Beitrag. **Meldet mir bitte diese Woche, wer helfen würde.**

Unsere Einsatzzeiten

Samstag 24. Mai 2024

10.00 bis ca. 14.00 (1 Person Kassa)

14.00 bis ca. 22.30 (4 Personen)

19.00 bis ca. 22.30 (4 Personen)

Trainings diese Woche

Montag	Ausdauer – Hügel kurz / Fahrtspiel	17:30-18:45/19:00	Rheinwiese
Dienstag	Intervalle (Bahn) / Wettkampfvorbereitung	18:30-19:45/20:00	Rheinwiese
Mittwoch	Kein Training! (Wettkampf Bellinzona)	17:30 – 19:00	Schaan
Donnerstag	Training und Schwellenlauf wie gewohnt	17:30-18:45/19:00	Rheinwiese
Freitag			
Samstag	Training nach Ansage	09:45 – 11:00/15	Rheinwiese

Nächste Termine (ausser Stadion)

Samstag 8. Juni 2024 LGT Marathon

Samstag 25. Mai 2024 Gamperney Berglauf, Grabs

Nächste Termine (Stadion - Bahnwettkämpfe)

Mittwoch 1. Mai 2024 Meeting Bellinzona

Samstag 4. Mai 2024 Meeting Zug und Mille Gruyère Appenzell

Samstag 11. Mai 2024 IBL Länderkampf Salem

Samstag 17. Mai 2024 Liechtensteiner Meisterschaften Schaan (400/800m)

Mittwoch 29. Mai 2025 Meeting Freienbach (800/5000m)

Sonntag 9. Juni 2024 Schülermeisterschaften Schaan (U16 600m)

Vorschau

Vom 15. Mai bis 14. Juni bin ich in den Ferien. Ich bin per WhatsApp und Mail immer erreichbar.

Es wird eine detaillierte Planung geben mit den Trainingsverantwortlichen. Dienstag übernimmt wieder Lea. Montag, Dienstag, Mittwoch und Samstag nach Plan.