

## Saisonplanung 2022/2023 Langlauf-JO

		November 2022		Dezember 2022		Januar 2023		Februar 2023		März 2023		April 2023	
1	Di		1 Do		1 So	Amanda Annina	1 Mi		1 Mi		1 Sa		
2	Mi		2 Fr		2 Mo		2 Do		2 Do		2 So		
3	Do		3 Sa		3 Di		3 Fr		3 Fr		3 Mo		
4	Fr		4 So		4 Mi		4 Sa	Training 6	4 Sa	Training 9	4 Di		
5	Sa		5 Mo		5 Do		5 So	Amanda	5 So	Amanda	5 Mi		
6	So		6 Di		6 Fr		6 Mo		6 Mo		6 Do		
7	Mo		7 Mi		7 Sa	Training 2	7 Di		7 Di		7 Fr		
8	Di		8 Do		8 So	Adrian	8 Mi		8 Mi		8 Sa		
9	Mi		9 Fr		9 Mo		9 Do		9 Do		9 So		
10	Do		10 Sa		10 Di		10 Fr		10 Fr		10 Mo		
11	Fr		11 So		11 Mi		11 Sa	Training 7	11 Sa	Saisonabschluss	11 Di		
12	Sa		12 Mo		12 Do		12 So	Amanda	12 So	Amanda Annina	12 Mi		
13	So		13 Di		13 Fr		13 Mo		13 Mo		13 Do		
14	Mo		14 Mi		14 Sa	Training 3	14 Di		14 Di		14 Fr		
15	Di		15 Do		15 So	Amanda	15 Mi		15 Mi		15 Sa		
16	Mi		16 Fr		16 Mo		16 Do		16 Do		16 So		
17	Do		17 Sa		17 Di		17 Fr		17 Fr		17 Mo		
18	Fr		18 So		18 Mi		18 Sa	Training 8	18 Sa		18 Di		
19	Sa		19 Mo		19 Do		19 So	Annina	19 So		19 Mi		
20	So		20 Di		20 Fr		20 Mo		20 Mo		20 Do		
21	Mo		21 Mi		21 Sa	Training 4	21 Di		21 Di		21 Fr		
22	Di		22 Do		22 So	Annina	22 Mi		22 Mi		22 Sa		
23	Mi		23 Fr		23 Mo		23 Do		23 Do		23 So		
24	Do		24 Sa		24 Di		24 Fr		24 Fr		24 Mo		
25	Fr		25 So		25 Mi		25 Sa	Clublanglauf	25 Sa		25 Di		
26	Sa		26 Mo		26 Do		26 So	Amanda	26 So		26 Mi		
27	So		27 Di		27 Fr		27 Mo		27 Mo		27 Do		
28	Mo		28 Mi		28 Sa	Training 5	28 Di		28 Di		28 Fr		
29	Di		29 Do		29 So	Amanda			29 Mi		29 Sa		
30	Mi		30 Fr		30 Mo				30 Do		30 So		
			31 Sa	Saisonstart	31 Di				31 Fr				

Samstagstraining: 09:30 – 11.00 Uhr  
Treffpunkt: Holzwärme Grindelwald

Mittwochstraining: 13:30 – 15.00 Uhr  
Treffpunkt: Holzwärme Grindelwald

Clublanglauf: Infos auf Homepage  
Treffpunkt: gemäss Ausschreibung

Saisonabschluss: Infos folgen