

Outdoor Trainings



Ferientraining Winter (06.01. - 16.02.2025)

| Zeit | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|---------------|--------|--|---|--|---------|---|
| 07.00 - 8.00 | | | | | | |
| 08.00 - 9.00 | | | | | | |
| 9.00 - 10.00 | | | | | | Laufen Long Jog Laufen Long Jog Light |
| 10.00 - 11.00 | | | | | | Christian Vögtli, Annika Näf 9:00 - 11:00 Uhr Vor dem Uni PH-Hauptgebäude |
| 11.00 - 12.00 | | | | | | Annika Näf, Sarah Schmid 9:00 - 11:00 Uhr Vor dem Uni PH-Hauptgebäude |
| 12.00 - 13.00 | | | | | | |
| 13.00 - 14.00 | | | | | | |
| 14.00 - 15.00 | | | | | | |
| 15.00 - 16.00 | | | | | | |
| 16.00 - 17.00 | | | | | | |
| 17.00 - 18.00 | | | | | | |
| 18.00 - 19.00 | | Laufen Fortgeschrittene - Andreas Bucher, Christian Vögtli 18:15 - 19:45 Uhr, vor dem Uni PH Hauptgebäude | Laufen Mittlere Annika Näf 18:15 - 19:15 Uhr, vor dem Uni PH Hauptgebäude | | | |
| 19.00 - 20.00 | | | | Langlauf - Nachtloipe Samuel Koch, Martin Portmann 18:00 - 21:00 Uhr Eigenthal | | |
| 20.00 - 21.00 | | | | | | |
| 21.00 - 21.15 | | | | | | |

**Geplante Trainingsdaten, allfällige Änderungen sowie Informationen zur Anmeldung siehe Webseite, www.hscl.ch
Zutritt zum HSCL Sportangebot nur nach vorgängiger Onlineanmeldung und mit Ausweis (Legi/HSCL-Ausweis)!**

Luzern, 09.12.24