MITTELLAND

Trainingszeiten Winterplan 2026
(ab 19. Oktober bis Ende Dezember 2026)

Montag	15.30-16.30 Uhr	Schwimmen	Hallenbad Entfelden
	18.00-19.30 Uhr	Laufen*	400m Bahn Schachen
Mittwoch	16.00-17.15 Uhr	Schwimmen	Hallenbad Entfelden
	18.00-19.30 Uhr	Laufen*	400m Bahn Schachen
Donnerstag	15.45-16.45 Uhr	Schwimmen	Hallenbad Entfelden
Freitag	18.00-19.30 Uhr	Laufen*	400m Bahn Schachen
Samstag	10.00/10.30-11.00 Uhr	Rad & Laufen	400m Schachen
	12.00-13.00 Uhr	Schwimmen**	Hallenbad Entfelden

*Training mit Track Club Aarau (Mitgliedschaft)

**Training findet nach Absprache statt