



Gigathlonvorbereitung 2010

Datum	Anlass
26.3. – 4.4.10	Trainingswoche in Giverola / Costa Brava Spanien (Petra & Marco) <ul style="list-style-type: none">• Rennvelo• Laufen• Schwimmen
1.5.10	Inline-Tagesfahrt Sierre-Vevey (Marco) <ul style="list-style-type: none">• 100 km Inlineskate
8.5.10	Rennsteig-Marathon (Petra) <ul style="list-style-type: none">• Laufen 43.5 km
13.-16.5.10	Evtl. verl. Trainingsweekend im Südtirol (Petra & Marco) <ul style="list-style-type: none">• Rennvelo od. Mountainbike• Laufen• Schwimmen
22.-25.5.10	Trainingsweekend SKL in Frutigen (Petra & Marco) <ul style="list-style-type: none">• Rennvelo od. Mountainbike• Laufen• Schwimmen
4.-6.6.10	Trainingsweekend in Brienz Rekognoszierung von Gigathlonstrecken <ul style="list-style-type: none">• Rennvelo/Mountainbike• Laufen• Schwimmen• Inlineskate
13.6.10	Triathlon Rheinfelden / Mitteldistanz (Petra & Marco) <ul style="list-style-type: none">• 2.8 km Schwimmen• 81 km Rennvelo• 19.6 km Laufen
9.-11.7.10	Gigathlon (Petra & Marco)