

SV Rümlang 1, Vorbereitungsprogramm Saison 2013/14, Rückrunde

Mehr Infos: www.svruemlang.ch, www.svruemlang1.blogspot.com

Datum	Anlass	Ort	Zeit
<i>Ab Januar 2014</i>	Hallen- oder Lauftraining	Heuel	19.30 Uhr
Jeden Mittwoch			
--			
Montag, 3.2.	Lauftraining	<i>noch offen</i>	19.30 Uhr
Mittwoch, 5.2.	Training	KR-Au, Glattbrugg	19.30 Uhr
Donnerstag, 6.2.	Cycling*	Sportcenter Schumacher	20 Uhr
Samstag, 8.2.	FC Wollishofen (2. Liga)	Juchhof 2	14 Uhr
--			
Montag, 10.2.	Lauftraining	<i>noch offen</i>	19.30 Uhr
Mittwoch, 12.2.	Training	KR-Au, Glattbrugg	19.30 Uhr
Donnerstag, 13.2.	Cycling*	Sportcenter Schumacher	20 Uhr
Samstag, 15.2.	FC Kloten (3.)	Stighag	17.30 Uhr
Montag, 17.2.	Lauftraining	<i>noch offen</i>	19.30 Uhr
Mittwoch, 19.2.	Training	KR-Au, Glattbrugg	19.30 Uhr
Donnerstag, 20.2.	Cycling*	Sportcenter Schumacher	20 Uhr
Samstag, 22.2.	FC Unterstrass (3.)	Heerenschürli	15 Uhr
--			
Montag, 24.2.	Lauftraining	<i>noch offen</i>	19.30 Uhr
Mittwoch, 26.2.	Training	KR-Au, Glattbrugg	19.30 Uhr
Freitag, 28.2.	FC Dübendorf II (4.)	Sportzentrum, Wallisellen	20 Uhr
Sonntag, 2.3.	FC Seuzach II (3.)	Rolli	15.45 Uhr
--			
Montag, 3.3.	GV (obligatorisch)	Kirchgemeindehaus	19 Uhr
Mittwoch, 5.3.	Training	Fifa-KR, Zürich	18.15 Uhr
Donnerstag, 6.3.	Cycling*	Sportcenter Schumacher	20 Uhr
Samstag, 8.3.	FC Schlieren (3.)	Zelgli	17 Uhr
-			
<i>Mittwoch, 12. - Sonntag, 16.3. Trainingslager</i>		<i>Marbella (Programm folgt separat)</i>	
-			
Dienstag, 19.3.	Training	Heuel	19.30 Uhr
Donnerstag, 21.3.	Training	Heuel	19.30 Uhr
Sonntag, 23.3.	MS-Start: Glattfelden	Schachenerbrücke	15 Uhr

* Getränkebidon und Handtuch mitnehmen. Adresse: Am Stadtrand 46, 8600 Dübendorf

Kontakte:	David Schweizer	079 678 10 05	Harry Krebsler (Torhütertrainer)	079 239 87 05
	Sacha Sattler	079 438 92 89	Nadia Scaglioni (Masseurin)	079 603 61 42
	Renato Wyss	079 621 35 17	Kurt Vogel (Präsi)	079 404 32 69

Wichtig: In jedem Training Laufschuhe und der Witterung angepasste Kleidung immer mit dabei! Kurzfristige Änderungen sind immer möglich.

ds/21.1.2013