

Trainingsprogramm Winter 2021



Bucheggberger
Orientierungsläufer



Datum	Trainingsart	Karte/ Besammlung	Organisation	Anmeldungslink (bis Mo vor Training)
Mi 17.11.21	Hallen-Training	MZH Lüterkofen	Ädu	BOL Events (teamup.com)
Mi 24.11.21	Spezial-Training	Sportzentrum Zuchwil	Ädu	Nacht OL um das Sportzentrum Zuchwil. BOL Events (teamup.com)
Mi 01.12.21	Hallen-Training	MZH Lüterkofen	Beat & Regula	BOL Events (teamup.com)
Sa 04.12.21	Grümscheler OL	Junkholz/ Chorberegge	Tinu & Sevä	Seperate Einladung mit Anmeldungslink.
Mo 06.12.21	Lauf-Training	Alte Turnhalle Lüterkofen	Regula	
Mi 08.12.21	Hallen-Training	MZH Lüterkofen		BOL Events (teamup.com)
Sa 11.12.21	Crosslauf	Aedermannsdorf	Beat	
Mo 13.12.21	Lauf-Training	Alte Turnhalle Lüterkofen	Regula	
Mi 15.12.21	Hallen-Training	MZH Lüterkofen		BOL Events (teamup.com)
Sa 18.12.21	Trainings-OL	Längholz / Biel	Beat / Ol.biel.seeland	
Mo 20.12.21	Lauf-Training	Alte Turnhalle Lüterkofen	Regula	
Mi 22.12.21	Hallen-Training	MZH Lüterkofen		BOL Events (teamup.com)

Trainingszeiten

Anmeldung: Um am Training teilzunehmen trägt ihr euch bitte bis am Montagabend vor dem Training im Vereinskalendar auf der Website ein. ([Link](#)) Somit können wir auf euch zugeschnittene Trainings anbieten.

Hallen-Training: Trainingsbeginn um 17:00; Trainingsende um 18:30.
Wer später kommen möchte, meldet sich am besten direkt beim zugeteilten Leiter oder bei Sevä.

Lauf-Training: Besammlung um 17:30Uhr beim Eingang der alten Turnhalle in Lüterkofen. Trainingsende um 18:30Uhr.

Schutzkonzept: Bis auf weiteres gilt das Schutzkonzept der Bucheggberger Orientierungsläufer und ist strikt einzuhalten. Personen mit Krankheitssymptomen bitten wir dem Trainingsbetrieb fernzubleiben.

Mitnehmen

Sportkleider für in der Turnhalle, sowie Hallenschuhe.

Der Witterung angepasste Sportkleidung für ein Lauftraining draussen (15-45min), Stirnlampe & Leuchtweste.

Badge & Kompass für technisches Training in Lüterkofen & Sprints.

Leiter

Hauptverantwortlicher:

Severin Zahnd
078 907 23 23
tl@bucheggbergerol.ch

Weitere Leiter:

Adrian Gutknecht
079 624 70 27

Fabienne Jakob
078 889 12 27

Beat Jakob
079 518 43 51

Regula Jakob
078 713 99 80