



Jahresprogramm 2020

Stand 02.02.2020

| Datum | Anlass, Ort | Verantwortlich |
|------------------------|---|--------------------------|
| Fr. 24. Jan. | Generalversammlung Müli Mülligen | Vorstand |
| 26.01., 16.02., 22.03. | Long Jogs mit Aargau Halbmarathon | Martin Egli und Frank |
| Sa. 08. Februar | Fondue-Essen bei Lilo und Ueli Iten | Verena & Daniel Christen |
| Fr 13. - So. 15. 3. | Trainingsweekend (4 Anlässe) | Vorstand |
| 5. April | Aargau Halbmarathon / Helfer | Frank, TBD |
| 04.Mai – 17. Mai | Vereinstage Gebenstorf | TBD |
| Mi. 10. Juni | Hornbrätle (beim Hornbänkli) | Frank Warzecha |
| So. 28. Juni | Egelsee: Longjog, Brunch, Baden evtl. Stauseeläufer als Gast | Frank Warzecha |
| 26. August | AKB Run Untersiggenthal (Vereinslauf) | |
| Sa. 15. (29.) Aug. | Velotour | Stefan Staudenmann |
| 10. – 13. Okt. | Vereinsreise München | Markus Füglistner, Frank |
| 16. – 18. Okt. | Brugger Laufwochenende, Staffel | |
| November | Herbsttraining | |
| Sa. 12. Dez. | Weihnachtstraining | Lilo Iten |
| Fr. 22. Jan. 21 | Generalversammlung | Vorstand |

Hornhücke abwechselnd alle 2 Wochen Mittwochs oder Donnerstags laut Vereinskalendar

| Regel-Trainingsplan Erwachsene | | |
|---------------------------------------|--------------------|---|
| Wochentag | Zeit | Treffpunkt |
| Samstag | 09:00 Uhr | Sandstrasse 66, Gebenstorf. Doodle |
| Dienstagstraining | 19:00 Uhr | Schulhaus/MZH/Friedhof Unter-Windisch gemäss Vereinskalendar. Doodle |
| Donnerstagstraining | Donnerstags 18:30h | Gebenstorf Waldheim gemäss Kalender. Doodle Anmeldung |
| Sonntags spontan Joggen | Sonntags | Kontakt: Frank Warzecha, Whatsapp |