

# VCL-INDOOR-FIT VCL-NORDIC-WALKING

in der neuen Turnhalle Luterbach

6. November 2018 – 26. März 2019 jeweils am DIENSTAG

Mit dem VCL fit durch den Winter - ein Sportprogramm für Alle!  
Ab Spätherbst bis zum Frühjahr steht uns jeweils am Dienstag die neue Turnhalle in Luterbach zur Verfügung.

Besammlung 18.45!!!

Das Training und die Benutzung der Garderoben/Duschen sind für Mitglieder kostenlos.

Nichtmitglieder des VCL sind zu folgenden Bedingungen herzlich willkommen:

2 Abende gratis, dann Fr. 4.- pro Abend oder Saisonpauschale: Fr. 40.-

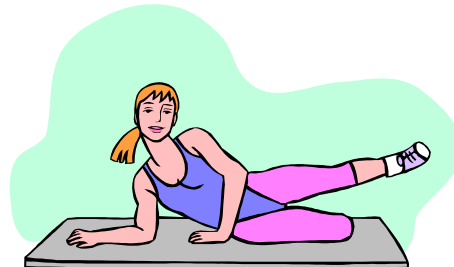
(Die Einnahmen gehen zugunsten des Schluss-Abend.)

Auf der Rückseite stehen die Trainingsdaten (19 Termine).

Das Walking wird durch Kurt Kehl geleitet. Der Start ist am 6.11.2018

**Um 19.00** Uhr bei der Turnhalle.

Wer mindestens 60% der Trainings teilnimmt wird zum Schlussabend eingeladen und erhält Fr. 20.-  
Zustupf zum Essen



**VELO-CLUB LUTERBACH**

Koordinatorin:

Baldini Gabriella

Gabriella.Baldini.19@gmx.ch

078 757 08 07

# Daten VCL-INDOOR-FIT und NORDIC-WALKING 2018 / 2019

Jeweils am Dienstag von 19.00 – 20.30 Uhr gemeinsames Training.

Besammlng: 18.45!!!

**Leitung NORDIC-WALKING: Kurt Kehl Besammlng: 18.45 Uhr!!!**

Termin	Leitung INDOOR-FIT	Hinweis / Stellvertretung
6. November 18	Kunz Pesche	
13. November 18	Baldini Renato	
20. November 2018	Kunz Pesche	
27. November 2018	Schmid Jonas	
4. Dezember 2018	Kunz Pesche	
11. Dezember 2018	Schmid Jonas	
18. Dezember 2018	Kunz Pesche	
8. Januar 2019	Schmid Jonas	
15. Januar 2019	Baldini Delia	
22. Januar 2019	Kunz Pesche	
29. Januar 2019	Schmid Jonas	
5. Februar 2019	Baldini Renato	
12. Februar 2019	Schmid Jonas	
19. Februar 2019	Baldini Renato	
26. Februar 2019	Kunz Pesche	
5. März 2019 (Fasnachtsdienstag)	Kunz Pesche	
12. März 2019	Baldini Delia	
19. März 2019	Baldini Renato	
26. März 2019	Kunz Pesche	

Danke für Eure Mithilfe!! Wir freuen uns auf jedes einzelne Training!!

***Freitag, 5. April 2019 Schluss-Abend (sep. Einladung)***