



## Regionalkadertrainingstag 03. April 2018

- 10.30 Uhr:** Treffpunkt Waldparkstadion Karte Arnoldstein  
Inhalt: Ol Bahn, Mitteldistanz, viele Hügel, Postenschirme
- 11.30 Uhr: kurze Mittagspause mit Lunchpaket für den STOLV Kader
- 12.30 Uhr:** Raum Arnoldstein,  
Inhalt: Ol Bahn, Mitteldistanz-intervall, viele Steine;  
Auswertung mit Trainingsset
- 14.00 Uhr Mittagessen für den STOLV Kader

**Anmeldung per mail bis spätestens 26. 03. 2018 an:**  
[bernhard.lieber@gmx.at](mailto:bernhard.lieber@gmx.at)  
Karten solange der Vorrat reicht.

**Nenngebühr:** € 3,- je Trainingseinheit für nicht Mitglieder  
der jeweiligen Regionalkader und Gäste

Weitere Informationen folgen auf Anfrage.

[bernhard.lieber@gmx.at](mailto:bernhard.lieber@gmx.at)  
<http://orientierungslauf.hsv-villach.at/>

