

Wochenend Workout

Montag, den 23. Februar 2009 um 09:40 Uhr

Sa: 90min GA1 Alpiglalm (1000hm nasser Tiefschnee), 60min GA Rad (Walze)

So: 90min GA1-2 Sonnwendjoch (1400hm durchpflügter, nasser Tiefschnee), 90min Laufen
GA1, 60min GA Rad (Walze)

Mo: 150min Skaten GA mit Uwe in Pertisau