

Oh, Du lieber Augustin.

Das ist das Motto für den August. „... alles ist hin.“

https://de.wikipedia.org/wiki/Marx_Augustin

Ist noch alles spekulativ. Wir bleiben beim Mittwochsplan. Ich mache Ansage.

5.8. 3 x 400 (200 TP) – 3000 – 3 x 400 (200 TP)

12.8. 15 x 200 (200 TP) – plus 1 x 2000

19.8. TWL 1000/1000 über 12 km

26.8. 3 x 2000 (600 TP) plus 3 x 400 (400 TP)

2.9. TWL 600/600 über 12 km

9.9. 8 x 1000 (400) TP, die Mördereinheit!

16.9. TWL 2000/1000 über 12 km

23.9. TWL 1000/200(!) über 12 km

30.9. 4 x (1000 (400 TP) 600)

und für die Freunde Wiens: <https://www.youtube.com/watch?v=vk6n4l0glvc>