



LEICHTATHLETIK CLUB ALTDORF

Postfach 612
6460 Altdorf UR 1
www.lcaldorf.ch

Hauptsponsor:



Anmeldung Läufergruppe

Name / Vorname: _____

Strasse: _____

PLZ, Ort: _____

Geburtsdatum: _____

Telefon Mobile: _____

Trainingsaufwand bisher

Trainingstage pro Woche _____

Kilometer pro Woche _____

Bestzeiten aller Distanzen (inkl. Bahn) mit Datum:

Angaben für neue Saison

Meine Ziele für _____ sind: _____

Ich möchte als Hobbyläufer/-in mitmachen

Ich möchte einen festen Trainingsplan haben

Geplante Wettkämpfe in der neuen Saison

Crossläufe

Strassenläufe

Bahnrennen – Distanzen:

Lieblingsdistanzen: _____

Spezielle Ziele: _____

Ich möchte _____ Tage oder _____ Einheiten pro Woche trainieren. Wochentage: _____

Vorschläge/Anregungen: _____

Datum: _____

Unterschrift: _____