



## Tartufo – Trainingsplan (Saison 2023)

Mo	14. Feb	UFO Einwassern und Aufriggen	5h
	14-18. Februar	Wassertraining - Probeschläge UFO	4 x 2h
Sa	04. März	Wassertraining UFO Luzern	2.5 h
So	05. März	Wassertraining UFO Luzern	2.5 h
Sa	18. März	Wassertraining UFO Luzern oder Brunnen	3h
So	19. März	Wassertraining UFO Luzern oder Brunnen	3h
Sa	25. März	Wassertraining UFO Luzern oder Brunnen	3h
So	26. März	Wassertraining UFO Luzern oder Brunnen	3h
	08 – 22 Apr	Wassertrainings nach individuellem Plan (Luzern)	
Sa	29. Apr	Wassertraining UFO Luzern	3.5 h
So	30. Apr	Wassertraining UFO Luzern	3.5 h
Sa	06. Mai	Wassertraining UFO Brunnen	3.5 h
So	07. Mai	Wassertraining UFO Brunnen	3.5 h
<b>Sa</b>	<b>13. Mai</b>	<b>Training Racer – Brunnen</b>	<b>4 h</b>
<b>So</b>	<b>14. Mai</b>	<b>Training Racer – Brunnen</b>	<b>5 h</b>
Do	18. Apr	Wassertraining UFO Luzern (Auffahrt)	2.5 h
Fr	19 Apr	Wassertraining UFO Luzern	2.5 h
<b>So</b>	<b>20. Mai</b>	<b>Pilatuscup (Luzern)</b>	
Sa	27. Mai	Wassertraining UFO Luzern	3.5 h
So	28. Mai	Wassertraining UFO Luzern	3.5 h
Mo	29. Mai	Wassertraining UFO Luzern (Pfingsten)	2.5 h
Do	01. Jun	Theorie Revierkunde Genfersee	60 Min
Sa	03. Jun	Wassertraining UFO Genf	4 h
So	04. Jun	Wassertraining UFO Genf	4 h
Do	08. Jun	Theorie Revierkunde Genfersee	60 Min
	<b>09-11 Juni</b>	<b>Bol d'Or Genf (Fronleichnam)</b>	
<b>Sa</b>	<b>24. Juni</b>	<b>50 Meilen Trophy</b>	
	<b>01-02 Juli</b>	<b>Uristier RVB</b>	
	<b>07-09 Juli</b>	<b>Euro Malcesine (Italia – Gardasee)</b>	
	...		
	<b>26.-27 August</b>	<b>Windweek Night Challenge</b>	
	...		
	<b>09. September</b>	<b>Bürgerstock Race</b>	
	...		
	<b>28. Oktober</b>	<b>Absenden (Nachtessen)</b>	