Adventcycling 2021

	Sonntag, 05.12. 2021	10 - 10.50h	11 - 11.50h	12 - 12.50h	13 - 14h	Profil	HF	Besonderes
1	**Jana**	**Jana**				Low to High	65 bis 85%	Welcome
2	**Brigt**		**Brigt**			Fartlek	65 bis 85%	
3	**René**			**René**		Hill	75 bis 85%	
4	**Evelyne**				**Evelyne**	**Surprise/Finale**	65 bis 85%	
	Sonntag, 12.12. 2021	**10 - 10.50h**	**11 - 11.50h**	**12 - 12.50h**	**13 - 14h**	**Profil**	**HF**	**Besonderes**
1	**Christoph**	**Christoph**				Low to High	65 bis 85%	Welcome
2	**Sidonia**		**Sidonia**			Intervall ext.	65 bis 85%	
3	**Roger**			**Roger**		HEE	75 bis 85%	
4	**Mario**				**Mario**	**Surprise/Finale**	65 bis 85%	
5								
	Sonntag, 19.12. 2021	**10 - 10.50h**	**11 - 11.50h**	**12 - 12.50h**	**13 - 14h**	**Profil**	**HF**	**Besonderes**
1	**Nadia**	**Nadia**				Low to High	65 bis 85%	Welcome
2	**Carlo**		**Carlo**			HEE	75 bis 85%	
3	**Natalie**			**Natalie**		Fartlek	65 bis 85%	
4	**Reto**				**Reto**	**Surprise/Finale**	65 bis 85%	