

Keine Kommentare Woche 19:

Keine Kommentare Woche 18:

Keine Kommentare Woche 17:

Kommentare Woche 16:

Montag:

Sehr langsam, wegen Krankheit

Dienstag:

Um den Greifensee

Mittwoch:

2 km, danach diverse Übungen

Donnerstag:

Krafttraining

Freitag:

Muskelkater vom Body Tonig

Samstag:

Greifensee

Sonntag:

Probleme mit Velo