

**Nacht-OL Training am 18.12.2009 - Waldpark Zwickau**

<b>KURZ: 7 Posten - 1,5km</b>	
Sigrid, Jonas & Bernd	1:02 h
Uta & Nadine	0:38 h
Gerrit & Tristan	0:28 h
Magda, Justina, Olaf & Jacek	1:01 h
Andrea, Torben & Rickmer	1:01 h
Miriam, Alexandra, Peter & Robert	1:01 h
Annett, Silvia, Max, Paul & Dieter (+ Posten 8)	0:59 h
Simone, Ricarda & Udo	0:44 h
Maria, Jannik & Bettina	0:58 h
<b>MITTEL: 14 Posten - 5,5 km</b>	
Susann	0:58 h
Angelika & Bert (ohne Posten 21 & 22)	1:00 h
<b>LANG: 22 Posten - 9,5 km</b>	
Ralf	1:12 h
Mark (Gedächtnis-OL)	1:03 h