

Liebe Teamworkerinnen und Teamworker,

der Herbst, der Herbst, der Herbst ist da! Ein toller Zeitpunkt das Training für 2025 aufzunehmen 😊

Gelegenheit dazu gibt es unter anderem auch vom 06.-08.12. bei unserem Trainingswochenende in Lindow. Bis 05.11. nimmt Kathrin hier gerne noch eure Anmeldungen entgegen, gerne direkt mit der Angabe EZ/DZ. Wir haben noch Kapazitäten, also scheut euch nicht 😊

Gerne könnt ihr auch mit dem Thema Beweglichkeit und Stabilität starten, dazu ist immer Mittwoch der richtige Termin!

Ein weiteres Highlight wartet auch im nächsten Jahr wieder mit unserer Mountain Challenge - merkt euch den 15.03.2025!

Im BerlinCup nichts Neues....

Sicherlich eine gute Gelegenheit nochmal Kraftreserven für die anstehenden harten Wettkämpfe aufzubauen, bieten sich bei der Weihnachtsfeier, die am 30.11. stattfindet, der Ort wird separat bekanntgegeben 👍

Aktuelle Ergebnisse:

- Mareike hat Gefallen am Marathon gefunden und ist in Frankfurt gleich nochmal gestartet, Glückwunsch zum Finish! 🎉

Ich wünsche euch einen erfolgreichen November und bleibt alle gesund!

Sportliche Grüße

--

Tobias

Sportwart Teamwork Berlin e.V.

<https://www.teamwork-berlin.eu/>