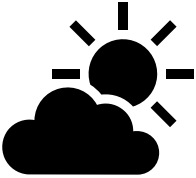
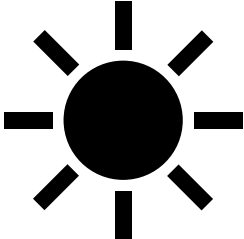

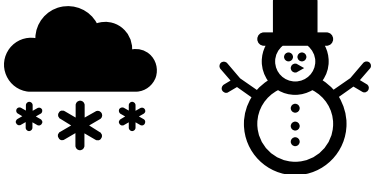
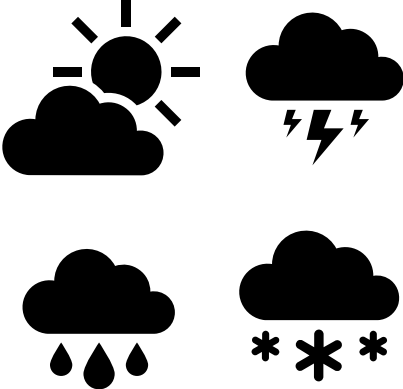


<h2>Frühling</h2>  <p>bewölkt kühl</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dreiviertel/lange Hose</li> <li>- Langes (dünnes) Oberteil</li> <li>- Fleecejacke</li> <li>- Weste</li> <li>- Ggf. Mütze</li> </ul>
<h2>Sommer</h2>  <p>Sonne Hitze</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- T-Shirt/Top</li> <li>- Kurze Hose</li> <li>- Sonnencreme</li> <li>- Kopfbedeckung</li> <li>- Sonnenbrille</li> </ul>
<h2>Herbst</h2>  <p>bewölkt regnerisch kühl</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dreiviertel/lange Hose</li> <li>- Langes (dünnes) Oberteil</li> <li>- Fleecejacke</li> <li>- Weste</li> <li>- Ggf. Mütze</li> <li>- Regenjacke</li> </ul> <p><i>Garnitur für drinnen (Hallenschuhe!), falls das Training in der Mehrzweckhalle stattfinden muss.</i></p>
<h2>Winter</h2>  <p>Schnee kalt</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lange Hose</li> <li>- Dicke Socken</li> <li>- Mütze</li> <li>- Langes Oberteil</li> <li>- Fleecejacke</li> <li>- Weste</li> </ul> <p><i>Garnitur für drinnen (Hallenschuhe!), falls das Training in der Mehrzweckhalle stattfinden muss.</i></p>
<h2>Immer</h2> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schuhe mit nicht zu breiten Fersen (z. B. alte Chucks); Ruderschuhe ≠ Straßenschuhe</li> <li>- Wechselsachen</li> <li>- Duschgel, Shampoo, Handtuch, Badelatschen</li> <li>- Getränk in durchsichtiger Flasche (Wasser oder Saftschorle)</li> <li>- Kleidung sollte enganliegend sein und keine Taschen am Bauch haben, da sonst die Gefahr des Hängenbleibens besteht</li> </ul>