

# Markus Weinzierl (Ex-Cheftrainer)

Beitrag von „bogoahlsiega2007“ vom 8. Februar 2023, 10:34

## [Zitat von hacklberry](#)

Diese ganze Fitnessdiskussion ist eh so ein Fall für sich. Die Waldläufe sind doch nichts anderes als Show für die ahnungslosen Pressevertreter und Fans gewesen. Im Wald in der Gruppe bei relativ gleichbleibenden Tempo baut man keine Fitness auf. Da kannst du aufm Trainingsplatz mit kürzeren intensiven Läufen viel effektiver arbeiten.

Bergsprints im Steinbrüchla!

Wir sind mit den Fahrrädern hingefahren und haben dort "geübt"!

Im wahrsten Sinne bis zum KOTZEN!

Und danach mit den Fahrrädern wieder zurück zum Vereinsheim.

Dort hat es immer noch für a Radler/Seidla und Schafkopfen gereicht.

Allez nimmer so wie fräihas...

