

Schweizumrundung	Total	1935	km
------------------	-------	------	----

Tag	Datum	Sportart	Claudia (km)	Karina (km)	Motto
Donnerstag	28.06.2018	Lauf	5	5	Startschuss
Sonntag	01.07.2018	Lauf	0	24	Unterstützung beim Marathontraining für Angi Z.S.
Montag	02.07.2018	Velo	0	51	Unterstützung für Claudia in Finnland von der Schweiz aus
Dienstag	03.07.2018	Lauf	44	0	UltraLauf Finnland
		Velo	0	25	Unterstützung für Claudia in Finnland von der Schweiz aus
		SwimRun	0	9	Unterstützung für Claudia in Finnland von der Schweiz aus
Mittwoch	04.07.2018	Lauf	42	0	UltraLauf Finnland
Donnerstag	05.07.2018	Lauf	42	0	UltraLauf Finnland
		Velo/Rolle	0	45	Unterstützung für Claudia in Finnland von der Schweiz aus
Freitag	06.07.2018	Lauf	42	0	UltraLauf Finnland
Samstag	07.07.2018	Lauf	42	0	UltraLauf Finnland
Samstag	07.07.2018	SwimRun	0	17	Ötillö SwimRun
Sonntag	08.07.2018	Lauf	42	0	UltraLauf Finnland
Montag	09.07.2018	Velo	0	84	Unterstützung für Claudia in Finnland von der Schweiz aus
Samstag	04.08.2018	Velo	120	110	Unterstützung für Claudi H. beim Training für ihren 1. Half-Ironman
Sonntag	05.08.2018	Lauf	20	30	Unterstützung für Angi Z.S. beim Training für ihren 1. Marathon
Samstag	11.08.2018	Lauf	32	32	GreenMarathon Zürich
Sonntag	26.08.2018	Triathlon	50	50	Karina am Uster Triathlon & Claudia als Unterstützung am Montag gleiche Distanz
Samstag	15.09.2018	Lauf	107	107	24h/12h Lauf Brugg & Challenge Davos Triathlon Mitteldistanz Team
Sonntag	16.09.2018				
Freitag	05.10.2018	Swim	11	11	Mitternachtsschwimmen
Total			599	599	

Differenz zur Schweizumrundung	1336	1336
--------------------------------	------	------