

Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
1 So	1 Mi	1 Sa	1 Mo Training lt. Jörg	1 Do Allerheiligen	1 Sa
2 Mo Training lt. Jörg	2 Do	2 So	2 Di 40	2 Fr KEIN Training	2 So
3 Di 27	3 Fr Inline/Skiroller KT	3 Mo Training lt. Jörg	3 Mi Tag der Dt. Einheit	3 Sa	3 Mo Training lt. Jörg
4 Mi	4 Sa	4 Di 36	4 Do	4 So	4 Di 49
5 Do	5 So	5 Mi	5 Fr Croslauf, Stabilisation	5 Mo Training lt. Jörg	5 Mi
6 Fr Inline/Skiroller FT	6 Mo Training lt. Jörg	6 Do	6 Sa	6 Di 45	6 Do
7 Sa	7 Di 32	7 Fr Bergtour mit Stöcken	7 So	7 Mi	7 Fr Ski FT
8 So	8 Mi	8 Sa	8 Mo Training lt. Jörg	8 Do	8 Sa
9 Mo Training lt. Jörg	9 Do	9 So	9 Di 41	9 Fr Crosslauf, Skigang	9 So
10 Di 28	10 Fr Rad MTB, evtl. Baden	10 Mo Training lt. Jörg	10 Mi	10 Sa	10 Mo Training lt. Jörg
11 Mi	11 Sa	11 Di 37	11 Do	11 So	11 Di 50
12 Do	12 So	12 Mi	12 Fr <i>Trainingslager</i>	12 Mo Training lt. Jörg	12 Mi
13 Fr Inline/Skiroller FT	13 Mo KEIN Training	13 Do	13 Sa <i>Trainingslager</i>	13 Di 46	13 Do
14 Sa	14 Di 33	14 Fr Inline/Skiroller FT	14 So <i>Trainingslager</i>	14 Mi	14 Fr Ski KT
15 So	15 Mi Mariä Himmelfahrt	15 Sa	15 Mo Training lt. Jörg	15 Do	15 Sa
16 Mo Training lt. Jörg	16 Do	16 So	16 Di 42	16 Fr Berglauf Mariaberg	16 So
17 Di 29	17 Fr KEIN Training	17 Mo Training lt. Jörg	17 Mi	17 Sa	17 Mo Training lt. Jörg
18 Mi	18 Sa	18 Di 38	18 Do	18 So	18 Di 51
19 Do	19 So	19 Mi	19 Fr Inline/Skiroller KT	19 Mo Training lt. Jörg	19 Mi
20 Fr Berglauf Mariaberg	20 Mo KEIN Training	20 Do	20 Sa	20 Di 47	20 Do
21 Sa	21 Di 34	21 Fr Crosslauf, Koordination	21 So	21 Mi Buß-u. Betttag	21 Fr Ski FT, alpine Fahrformen
22 So	22 Mi	22 Sa	22 Mo Training lt. Jörg	22 Do	22 Sa
23 Mo Training lt. Jörg	23 Do	23 So	23 Di 43	23 Fr Crosslauf, Schrittsprünge	23 So
24 Di 30	24 Fr KEIN Training	24 Mo Training lt. Jörg	24 Mi	24 Sa	24 Mo KEIN Training
25 Mi	25 Sa	25 Di 39	25 Do	25 So	25 Di 1. Weihnachtstag 52
26 Do	26 So	26 Mi	26 Fr Inline/Skiroller FT	26 Mo Training lt. Jörg	26 Mi 2. Weihnachtstag
27 Fr Waldlauf Grönenbach	27 Mo KEIN Training	27 Do	27 Sa <i>Skibasar</i>	27 Di 48	27 Do
28 Sa	28 Di 35	28 Fr Inline/Skiroller FT	28 So Ende Sommerzeit	28 Mi	28 Fr KEIN Training
29 So	29 Mi	29 Sa	29 Mo KEIN Training	29 Do	29 Sa
30 Mo Training lt. Jörg	30 Do	30 So	30 Di 44	30 Fr Ski FT	30 So
31 Di 31	31 Fr KEIN Training		31 Mi Reformationstag		31 Mo KEIN TrainS

Saison 2018/2019**Informationen zum Training**

Unsere Langlaufabteilung bietet für am Skilanglauf interessierte Kinder und Jugendliche im Alter von 5 bis 18 Jahren ein gemeinsames Vereinstraining an. Unser Trainingstreffpunkt ist im Sommer am Sportplatz am Bachtelweiher und im Winter am Kindergarten an der Sportanlage in Durach. Am Montag und Freitag findet Vereinstraining statt. Die Trainingsschwerpunkte liegen auf der Verbesserung der Kondition und der Verbesserung der Skilanglauftechnik in freier (Skating) und klassischer Technik (Diagonalschritt).

Natürlich soll auch der Spaß beim Training in der Gruppe nicht zu kurz kommen.

Die Dauer des Vereinstrainings liegt bei ca. 1½ Stunden.

Die Leitung des Vereinstrainings übernehmen unsere Trainer Stefan Besler und Jörg Hofmann.

Am Wochenende wird unser Trainingsprogramm außerdem durch die Teilnahme an Wettkämpfen, zusätzlichen Trainingsmaßnahmen, sowie Veranstaltungen des Gesamtvereins ergänzt. Informationen hierzu auf unserer Website.

Unser Training findet wie folgt statt:

Trainingsorte: im Sommer am Sportplatz Bachtelweiher
im Winter je nach Schneelage in Durach, Eschach oder Oberjoch

Montag: Zeit: 17:30 Uhr
Trainingsleitung: Jörg Hofmann
Teilnehmer: Fortgeschrittene (Alter ab 12 Jahre)

Freitag: Zeit: 16:30 Uhr
Trainingsleitung: Stefan Besler
Teilnehmer: Alle

Die jeweiligen Trainingsinhalte stehen im Trainingsplan. Außerdem gibt es wöchentlich aktuelle Informationen per WhatsApp.