



## Wintersaison 2021/22 Informationen zum Training

Kempten im Oktober 2021

Unsere Langlaufabteilung bietet für am Skilanglauf interessierte Kinder und Jugendliche im Alter von 6 bis 18 Jahren ein gemeinsames Vereinstraining an. Unser Trainingstreffpunkt ist die Sportanlage in Durach am Kindergarten, Vorwaldstraße. Am Montag und Mittwoch 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 mit Unterstützung von Patrick Rausch.

Am Wochenende wird unser Trainingsprogramm außerdem durch die Teilnahme an Skilanglaufwettbewerben und zusätzlichen Trainingsmaßnahmen ergänzt. Informationen hierzu auf unserer Website und in unserer Saisonsplanung.

### Unser Training findet wie folgt statt:

**Treffpunkt:** ab 31.10. Sportanlage am Kindergarten in Durach  
**Sobald Schnee liegt nach Absprache:** Eschach, Parkplatz Eschacher Weiher oder andere Loipen

**Montag:** Zeit: 17:30 Uhr  
Trainingsleitung: Jörg Hofmann  
Teilnehmer: Fortgeschrittene

**Mittwoch:** Zeit: 16:00 Uhr  
Trainingsleitung: Stefan Besler  
Teilnehmer: Alle

### Alle aktuellen Informationen per WhatsApp!

An den Wochenenden können unsere Kinder und Jugendlichen bei regionalen Allgäuer Langlaufrennen teilnehmen und werden durch unsere Trainer betreut. Ausschreibungen zu den Rennen sind unter [www.asv-ski.de](http://www.asv-ski.de) abrufbar.

Die Anmeldungen zu den Rennen werden durch die Trainer vorgenommen. Die Kinder, die an Rennen des BSV und DSV teilnehmen, müssen eine gültige RaceCard besitzen. Anträge hierfür auf der Website des ASV und BSV ([www.bsv-ski.de](http://www.bsv-ski.de)).

Als Voraussetzung für die Teilnahme am Wintertraining müssen alle Kinder und Jugendlichen eine Skilanglaufausrüstung besitzen, d.h. Langlaufski (Skating und Klassik), Langlaufstöcke und Schuhe. Außerdem sollten bereits Erfahrungen auf Langlaufski gesammelt worden sein.

Ein Schnuppertraining ist jederzeit möglich, allerdings ist bei regelmäßiger Teilnahme am Training eine Vereinsmitgliedschaft erforderlich. Außerdem muss die Anmeldung zum Vereinstraining (siehe pdf auf unserer Website) ausgefüllt werden.

**Auf einen schneereichen und schönen Winter mit allen Kindern, Jugendlichen und Eltern freuen sich die Verantwortlichen der Langlaufabteilung!**