

Trainingsplan 2014/2015

Datum	24.02.	25.02.	26.02.	03.03.	04.03.	05.03.	10.03.
Stilart	Klassisch	Skaten	Skaten	Klassisch	Skaten	Skaten	Klassisch
Aufwärmen	Alle	Alle	Alle	Alle	Alle	Alle	Alle
Toni	Technik allgemein	Biathlon	Technik speziell Lange gleiten	Technik allgemein	Biathlon	Clubmeisterschaft 3er-Staffel Wir hoffen dass alle dabei sind!	Ausdauer
Barbara L.	Technik allgemein		Technik speziell Lange gleiten	Technik allgemein		Clubmeisterschaft 3er-Staffel Wir hoffen dass alle dabei sind!	Ausdauer
Simone	Technik allgemein		Technik speziell Lange gleiten	Technik allgemein		Clubmeisterschaft 3er-Staffel Wir hoffen dass alle dabei sind!	Ausdauer
Georg			Technik speziell Lange gleiten			Clubmeisterschaft 3er-Staffel Wir hoffen dass alle dabei sind!	
Sabine Babsi	Technik allgemein			Technik allgemein			Ausdauer

Dienstag: Ki-Sch I 17:00-18:30 Uhr, Sch II-Jg. 17:00-19:00 Uhr

Mittwoch: Biathlontraining Elite 16:30-18:00 Uhr+LL Sch II-Jg

Donnerstag: Ki-Sch I 16:00-17:30 Uhr,

Trainer: Simone, Babsi, Toni, Barbara L,

Trainer: Hanspeter, Manfred, Toni, Hansi,

Trainer: Simone, Sabine, Toni, Georg, Babsi, Barbara L,

WER WEITERKOMMEN MÖCHTE UNBEDINGT SELBSTÄNDIGE TRAININGSEINHEITEN EINBAUEN!!!!

Sondertrainings nach Absprache mit Toni. Viel Spaß beim trainieren wünschen Euch Eure Trainer.