

Tag	Datum	Thema	Leiter	Bemerkungen
Fr	02. Juli 21	Hauptversammlung, 20:00 Hotel Talstation	Alle	Gemäss Clubnachrichten / Homepage
Sa – So	12. – 13. Juni 21	Gönnenreisli	Alle	Gem. sep. Einladung
Mo/ Di/ Mi	14. – 16. Juni 21	Ausdauertraining	René	Gemäss Info vom Sonntag 13. Juni 21
Mo/ Di/ Mi	21. – 23. Juni 21	Ausdauertraining	Yves (Bruki)	Gemäss Info vom Sonntag 20. Juni 21
So	20. Juni 21	SwissPass Smile Challenge Bonstetten	Stefan / Denise	Gemäss sep. Info
So	27. Juni 21	Velotour	Kein Leiter nötig	Toller Anlass, der Skiclub würde sich über deine Teilnahme freuen!
Mo/ Di/ Mi	28. – 30. Juni 21	Ausdauertraining	Leon (Sämi)	Gemäss Info vom Sonntag 27. Juni 21
Mo/ Di/ Mi	05. – 07. Juli 21	Ausdauertraining	Stefan	Gemäss Info vom Sonntag 04. Juli 21
Mo/ Di/ Mi	12. – 15. Juli 21	Ausdauertraining	(Simon) Denise	Gemäss Info vom Sonntag 11. Juli 21
Mo/ Di/ Mi	19. – 21. Juli 21	Ausdauertraining	Marc	Gemäss Info vom Sonntag 18. Juli 21
Mo /Di	16. / 17. Aug. 21	Start Sommertraining 2. Teil		Gemäss neuem Plan (Homepage)

Ausdauertraining

Für die Ausdauer wird jeweils 1x pro Woche (Montag, Dienstag oder Mittwoch, je nach Wetter) ein individuelles Training angeboten. Das Training ist ab Jahrgang 2010 erlaubt. Am Sonntagabend wird der zuständige Leiter per JO SKI Chat über alle Infos (Treffpunkt, Zeit und Sportart) informieren.

Beachtet bitte, dass ihr immer mit **funktionstüchtigem und dem Training angepassten Material** am Treffpunkt seid.

(Bsp.: Falls im JO Ski biken steht, dann sollte man zwingend mit einem Bike, mit welchem man über Stock und Stein fahren kann, am Treffpunkt sein.)

Für Fragen: die Leiter vom diesjährigen Sommertraining geben dir sehr gerne Auskunft:

Stefan Steiner	078 835 77 71	Philipp Burkart	079 202 71 45
Sämi Rüegg	077 459 00 60	Marc Oberholzer	079 197 68 15
René Gmür	079 599 10 22	Denise Blöchliger	079 836 13 99

Gemeinsames Training macht doppelt Spass! Wir zählen auf Dich!!! Euer Leiterteam Ski Team Skiclub Goldingen