



WSV 08 Lauscha e.V.

Wintersportverein 08 Lauscha e.V. – PF 1139 – D-98724 Lauscha



Wintersportverein 08 Lauscha e.V. – PF 1139 – D-98724 Lauscha

Trainingsplan Skispringen des WSV 08 Lauscha e.V. für Juli/August 2014

Tag, Datum Treff ab, Beginn/ Wo ist Training, was machen wir!

Fr.04.07.14 15.00 Uhr Springen Schanze

So.06.07.14 9.00 Uhr 16.Schanzenanstiegslauf Lauscha alle

Heimtrainingsaufgabe 2 x Inlinertraining selbstständig in dieser Woche!!!

Do.10.07.14 16.00 Uhr Springen Schanze

Sa.12.07.14 6.45 Uhr 2.Rangliste Ruhla Bambini-S 13 SP/NK-Inliner

Fr.18.07.-So.20.07.14/ 7.30 Uhr Mädchencamp Oberstdorf für Laura, Emilia, Michelle.

Mo.21.07.14 18.00 Uhr Springen Schanze

Di.22.07.14 9.00 Uhr Abholung Bruno, Eric, Janne, Emilia mit Bus

10.00 Uhr Springen, Inliner, Bad, Springen- 18.00 Uhr fertig

Mi.23.07.14 17.00 Uhr Bambinifliegen K 3m/18.00 Sprungtraining

Do.24..07-27.07.14 Fis Schüler Grand Prix Ruhpolding(Wer entscheidet sich nach Camps!)

Di.29.07.14 9.00 Uhr Abholung Bruno, Eric, Janne, Emilia mit Bus

10.00 Uhr Springen, Inliner, Bad, Springen- 18.00 Uhr fertig

Mi.30.07.14 17.00 Uhr Bambinifliegen K 3m/18.00 Sprungtraining

Do.31.07.14 16.00 Uhr Freizeitsportanlage Neuhaus LA/SK

Fr.01.08.14 17.00 Uhr Springen Schanze

Di.05.08.14 16.00 Uhr Springen Schanze

Mi.06.08.14 9.00 Uhr Springen Schanze/ 17.00 Bambinifliegen K 3m

Do.07.08.14 16.00 Uhr Springen Schanze

Sa.09.08.-Sa.16.08.14 Treff 10.00 Uhr Schanze Trainingslager Hinterzarten

Mo.18.08.14 16.00 Uhr Freizeitsportanlage Neuhaus LA/SK

Mi.20.08.14 10.00 Uhr Springen Schanze

Do.21.08.14 17.00 Uhr Bambinifliegen K 3m/18.00 Sprungtraining

Fr.22.08.14 17.00 Uhr Springen Schanze

Di.26.08.14 9.00 Uhr Abholung Bruno, Eric, Janne, Emilia mit Bus

10.00 Uhr Springen, Inliner, Bad, Springen- 18.00 Uhr fertig

Mi.27.08.14 17.00 Uhr Bambinifliegen K 3m/ 18.00 Sprungtraining

Do.28.08.14 16.00 Uhr Springen Schanze

Sa./So.30./31.08.14 9.00 Uhr Kanufahren Rudolstadt mit Zelten

Infos über Whatsappgruppe Skisprung. Tel.036702/21273

Infos bei Trainer Jens Greiner-Hiero/ Kamelweg 23/ 98724 Lauscha

Handy 01739816598 oder im Internet: www.skispringen-lauscha.de.

Neulinge sind zu den Trainingszeiten herzlich willkommen.

Jens Greiner-Hiero/ Trainer des WSV 08 Lauscha e.V.

