



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 Oktober 2014

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

Mo.29.09.14	15.00 Uhr	Kindergartensport Halle Lauscha
Di.30.09.14	15.00 Uhr	Abfahrt Schanze Schalkau Inlinertraining
Mi.01.10.14	15.00 Uhr	Sprungtraining /
	17.00 Uhr	Bambinifliegen K 3m
Fr.03.09.14	7.30 Uhr	5.Rangliste Schmiedefeld S 8-S 13
		SP/NK Inliner

Mo.06.-Do.09.10.14/ 9.00 Uhr Treff Schanze ins Trainingslager Brotterode, für Eric, Elias, Bruno, Janne, Emilia

Fr.10.10.14 / 7.00 Uhr Abfahrt Trainingstag Winterberg für Emilia

Di.14.10.14	9.00 Uhr	Janne, Eric, Bruno abholen
	10.00 Uhr	Springen Schanze, 13.00 Imi.-AKA/ 15.00
Springen	17.00 Uhr	Bambinifliegen K 3m

Mi.15.10.14 12.00 Uhr Abfahrt zum DSC für Emilia und Louis bis Sonntag

Do.16.10.14 Heimtraining Programm Nr. 3, Schnellkrafttrainingseinheit

Mo.20.10.14	15.00 Uhr	Kindergartensport Halle Lauscha
Di.21.10.14		Heimtraining Programm Nr.2, Schnellkrafttrainingseinheit
Do.23.10.14	15.00	Sprungtraining /17.00 Uhr Bambinifliegen K 3m
Fr.24.10.14	15.00 Uhr	Springen Schanze
Sa.25.10.14	9.00 Uhr	6.Rangliste Lauscha Bambini-Herren SP
	11.00 Uhr	Wettkampfbeginn K 3m

Mo.03.11.14	15.00 Uhr	Kindergartensport Halle Lauscha
Di.04.11.14	15.00 Uhr	AKA/Imi. Schanze- <u>Arbeitseinsatz Netze auf Schanzen</u>
Mi.05.11.14	15.00 Uhr	Abfahrt zur Berufung nach Oberhof Emilia, Louis
Do.06.11.14	15.00 Uhr	AKA/Imi. Schanze- <u>Arbeitseinsatz Netze auf Schanzen</u>
Fr.07.11.14	15.00 Uhr	Abfahrt Guts.Muths-Halle Neuhaus Vorb. AKA-Test
Sa.08.11.14	9.00 Uhr	Wenn noch nötig Arbeitseinsatz Netze drauf machen
Di.11.11.14	15.00 Uhr	Abfahrt Guts.Muths-Halle Neuhaus Vorb. AKA-Test
Mi.12.11.14	14.30 Uhr	Abfahrt Schanze über Schalkau AKA-Test Oberhof
Fr.14.11.14	15.00 Uhr	Abfahrt Guts.Muths-Halle Neuhaus

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.

Hausanschrift:
Henrietenthal 1a
98724 Lauscha
Telefon: 036702 /
20427
Telefax: 036702 /
30645
info@wsv08lauscha.d
e
www.wsv08lauscha.d
e

Ust.-IdNr.: DE
812597520

LSB – Vereins-Nr. 330
88

GZ.: VR 604:
Amtsgericht
Sonneberg

Sparkasse Sonneberg
IBAN:
DE44 8405 4722 0312
0054 23
BIC:
HELADEF1SON

