

Trainingsplan Woche 14 / 30.03- 05.04.2026

Tag	Datum	Zeit	Treffpunkt	Training	Material	Ende	TG	
Mo	30.3.	18:00	Halle Ried	Koordi, Stabi, Spiel	HS/LS/Leuchtweste/Getränk	19:30	TG 1-3	
		WhatsApp-Anmeldung bis Mo. Mittag, das Training findet ab 4 Athleten statt!!						
		17.30	Halle Elba	Spiel und Koordi	HS		18.45	TG 4 +5
WhatsApp-Anmeldung bis Mo. Mittag, das Training findet ab 4 Athleten statt!!								
Di	31.3.							
Mi	1.4.	Schneetraining / Ort je nach Möglichkeiten... Infos folgen bis Dienstagabend						TG 1-4
		WhatsApp-Anmeldung bis DiAbend!!						
		18:00	Schnee- oder Stocktraining.....Infos folgen bis Dienstagabend				Jun/Elite	
Do	2.4.							
Fr	3.4.	individuelle Rennvorbereitung / Fuss, Sprints, Stabi						
Sa	4.4.	Langissprint	Infos folgen....				Angemeldete	
So	5.4.	frohe Ostern						

Besonderes diese Woche:

Club-Trainings, Zuständigkeit Cédi (jeweiliger Trainer siehe Monatsplanung)

RLZ-Trainings, Zuständigkeit Sylvia (jeweiliger Trainer siehe MP)

LS Laufschuhe / HS Hallenschuhe / Sst Skigangstöcke / RS Rollskis / TG Trainingsgruppe / LW Leuchtweste *rot evtl. kurzfristige Änderungen*