Trainings- und Wettkampfplanung 2024/2025

Dez 24		Kids/Fun	Race/Vorrace	Jan 25		Kids/Fun	Race/Vorrace	Feb 25		Kids/Fun	Race/ Vorrace	Mär 25		Kids/Fun	Race/Vorrace	Apr 25		Kids/Fun	Race/Vorrace
1	So			1	Mi			1	Sa		Nightight	1	Sa		CR	1	Di		
2	Mo			2	Do		SL	2	So			2	So		SSW Cup 6+7 Mollis CR	2	Mi		RS
3	Di			3	Fr		SL	3	Mo			3	Mo		RS	3	Do		KONDI
4	Mi		RS	4	Sa		CR	4	Di			4	Di		RS	4	Fr		
5	Do		KONDI	5	So		Kinderskirennen	5	Mi		SG	5	Mi		SG	5	Sa		RS
6	Fr			6	Mo			6	Do		KONDI	6	Do		RS	6	So		SSW Cup 8 Wangs RS
7	Sa		Sichtungstag	7	Di			7	Fr			7	Fr		RS	7	Mo		
8	So			8	Mi		CR/Parallel	8	Sa		RS	8	Sa	JO Party	JO Party	8	Di		
9	Mo			9	Do		KONDI	9	So		SSW Cup 3+4 Wangs RS	9	So			9	Mi		
10	Di			10	Fr			10	Mo			10	Mo			10	Do		
11	Mi		SL	11	Sa		SL	11	Di			11	Di			11	Fr		
12	Do		KONDI	12	So			12	Mi		SG	12	Mi		RS	12	Sa		
13	Fr			13	Mo			13	Do		KONDI	13	Do		KONDI	13	So		
14	Sa		Migros Skiday	14	Di			14	Fr			14	Fr			14	Mo		
15	So		Migros Skiday	15	Mi		SL	15	Sa		CR/Parallel	15	Sa	Clubrennen	Clubrennen	15	Di		
16	Mo			16	Do		KONDI	16	So			16	So			16	Mi		
17	Di			17	Fr			17	Mo			17	Mo			17	Do		
18	Mi		SL	18	Sa		SSW Cup 1+2 F'Berg SL	18	Di			18	Di			18	Fr		
19	Do		KONDI	19	So			19	Mi		CR	19	Mi		CR/Parallel	19	Sa		
20	Fr			20	Mo		RS	20	Do		KONDI	20	Do		KONDI	20	So		
21	Sa	JO ST	CR/Parallel	21	Di		RS	21	Fr			21	Fr			21	Mo		
22	So		CR/Parallel	22	Mi		SG	22	Sa		SL	22	Sa		SL	22	Di		
23	Mo		RS	23	Do		CR	23	So			23	So			23	Mi		
24	Di		RS	24	Fr		CR/Parallel	24	Mo			24	Mo			24	Do		
25	Mi			25	Sa		SL	25	Di			25	Di			25	Fr		
26	Do			26	So			26	Mi		SL	26	Mi		SL	26	Sa		
27	Fr		RS	27	Mo			27	Do		KONDI	27	Do		KONDI	27	So		
28	Sa		RS	28	Di			28	Fr		CR	28	Fr			28	Mo		
29	So		CR	29	Mi		SL					29	Sa		RS	29	Di		
30	Mo		CR	30	Do		KONDI					30	So			30	Mi		
31	Di			31	Fr							31	Mo						

Legende:			SL = Slalom Trainig SL Ski, SL Stöcke, SL Helm, Schütze, Rennanzug								**SSW Nr. 1+2 F'Berg**	**18.01.2025**			**Clubrennen**			**Migros GP**	
			RS = Riesenslalom Training, RS Ski, RS Stöcke, Helm, Rennanzug								**SSW Nr. 3+4 Wangs**	**09.02.2025**			**15.03.2025**			**Les Diablerets 12.Januar**	
			CR= Cross Training, RS oder SL Ski								**SSW Nr. 5 Goldingen**	**?**			**JO Schnuppertag**			**Obersaxen 19. Januar**	
			Trainingsdisziplin wird jeweils spätestens am Vorabend bekannt gegeben								**SSW Nr. 6+7 Mollis**	**02.03.2025**			**JO Abschlussparty**			**Adelboden 26. Januar**	
			Kurzfristige Änderungen via **Whatsappcommunity** verfolgen!								**SSW Nr. 8 Wangs**	**06.04.2025**						**Hoch- Ybrig 1. Februar**	
				Kondtionstraining in der Halle														**Sörenberg 16. Feburar**	
				Skitraining														**Airolo 22. Februar**	
				SSW Raiffeisen Cup betreut														**Lenzerheide 9. März**	
				Raiffeisen Kinderrennen betreut (empfehlenswert) Renndaten ab ca. November auf www.ssw.ch														**Grindelwald 16. März**	
																		Riederalp 30. März	
Mittwochtraining:			Kids/ Fun 13.15 Uhr - 15.45 Uhr			Race/Vorrace 13.15 Uhr- 15.45 Uhr Mittenwald						**Nachwuchs Verantwortliche:**						**Finale Davos 3.-6. April**	
												Stephanie Venini			0797333155				
Samstagtraining:			Kids/ Fun 08.30 Uhr - 11.30 Uhr			Race/Vorrace 08.30 Uhr- 11.30 Uhr Mittenwald/Rennpiste oder Seeben						**Trainer:**							
												Cheftrainer Race Marco Gadient			0793461791				
Weihnachtsferien 21.12.2024- 05.01.2025:				**Kids/Fun selbständig Skifahren**			Race/Vorrace 08.30 Uhr -11.30 Uhr Mittenwald					**Cheftrainerin Vorrace**							
Sportwoche	**20.1-24.01.2025**			**Kids/Fun selbständig Skifahren**			Race/Vorrace gemäss Aufgebot Whatsappcommunity						**Rea**	Guggisberg	0794523039				
Sportferien	**28.02.2025- 09.03.2025:**			**Kids/Fun selbständig Skifahren**			Race/Vorrace gemäss Aufgebot Whatsappcommunity												
Konditionstraining:			Donnerstag 18.00 Uhr- 19.30 Uhr Obere Halle Primarschulhaus Dorf																