

Trainings- und Wettkampfplanung 2021/2022

Dez 20	Kids/Fun	Race/Vorrace	Jan 22	Kids/Fun	Race/Vorrace	Feb 22	Kids/Fun	Race/ Vorrace	Mär 22	Kids/Fun	Race/Vorrace	Apr 22	Kids/Fun	Race/Vorrace	
1 Mi.		RS	1 Sa.			1 Di.		SL	1 Di.			1 Fr.			
2 Do.			2 So.		RS	2 Mi.		SL	2 Mi.		RS	2 Sa.		RS	
3 Fr.			3 Mo.			3 Do.			3 Do.			3 So.		SSW Cup 8 RS Wangs	
4 Sa.		SL	4 Di.			4 Fr.		RS	4 Fr.			4 Mo.			
5 So.		SL	5 Mi.		RS	5 Sa.		RS	5 Sa.		RS	5 Di.			
6 Mo.			6 Do.			6 So.			6 So.		SSW Cup 6+7 RS Pizol	6 Mi.		RS	
7 Di.			7 Fr.			7 Mo.			7 Mo.			7 Do.			
8 Mi.		RS	8 Sa.		SL	8 Di.			8 Di.			8 Fr.			
9 Do.			9 So.		SL	9 Mi.		SG	9 Mi.		CR	9 Sa.			
10 Fr.			10 Mo.			10 Do.			10 Do.			10 So.			
11 Sa.		SL	11 Di.			11 Fr.			11 Fr.			11 Mo.			
12 So.		SL	12 Mi.		RS	12 Sa.		SSW Cup 3 SG Goldingen	12 Sa.		CR	12 Di.			
13 Mo.			13 Do.			13 So.			13 So.			13 Mi.			
14 Di.			14 Fr.			14 Mo.			14 Mo.			14 Do.			
15 Mi.		RS	15 Sa.		RS	15 Di.			15 Di.			15 Fr.			
16 Do.			16 So.		SL	16 Mi.		CR	16 Mi.		SL	16 Sa.			
17 Fr.			17 Mo.			17 Do.			17 Do.			17 So.			
18 Sa.		Weihnachtsf.	18 Di.			18 Fr.			18 Fr.			18 Mo.			
19 So.		RS	19 Mi.		SL	19 Sa.		CR	19 Sa.		Clubrennen	19 Di.			
20 Mo.		RS	20 Do.			20 So.		SL	20 So.			20 Mi.			
21 Di.		RS	21 Fr.			21 Mo.			21 Mo.			21 Do.			
22 Mi.			22 Sa.			22 Di.			22 Di.			22 Fr.			
23 Do.			23 So.		SSW Cup 1+2 SL Elm	23 Mi.		SL	23 Mi.		RS	23 Sa.			
24 Fr.			24 Mo.	Sportwoche	RS	24 Do.			24 Do.			24 So.			
25 Sa.			25 Di.		RS	25 Fr.			25 Fr.			25 Mo.			
26 So.			26 Mi.		SG	26 Sa.		CR	26 Sa.		RS	26 Di.			
27 Mo.		CR	27 Do.		CR	27 So.		SSW Cup 4+5 CR Mollis	27 So.			27 Mi.			
28 Di.		CR	28 Fr.		CR	28 Mo.			28 Mo.			28 Do.			
29 Mi.		SL	29 Sa.	Sportferien	RS				29 Di.			29 Fr.			
30 Do.		SL	30 So.						30 Mi.		RS	30 Sa.			
31 Fr.			31 Mo.		SL				31 Do.						
Legende:															
		SL = Slalom Trainig SL Ski, SL Stöcke, SL Helm, Schütze, Rennanzug						SSW Nr. 1+2 Elm		23.01.2022		Clubrennen		Migros GP	
		RS = Riesenslalom Training, RS Ski, RS Stöcke, Helm, Rennanzug						SSW Nr. 3 Goldingen		12.02.2022		19.03.2022		GP Savognin 09.01.2022	
		CR= Cross Training, RS oder SL Ski						SSW Nr. 4+5 Mollis		27.02.2022				GP Schönried 16.01.2022	
		Disziplin wird jeweils spätestens am Vorabend bekannt gegeben						SSW Nr. 6+7 Pizol Ragaz		06.03.2022				GP Klewenalp 22.01.2022	
		Kurzfristige Änderungen via TWITTER oder Homepage verfolgen!						SSW Nr. 8 Wangs Pizol		03.04.2022				GP Nendaz 29.01.2022	
		Konditionstraining in der Halle												GP Hoch Ybrig 05.02.2022	
		Skitraining												GP Lenzerheide 13.02.2021	
		SSW Raiffeisen Cup betreut												GP Airolo 19.02.2022	
		Raiffeisen Kinderrennen betreut (empfehlenswert) Renndaten ab ca. November auf www.ssw.ch												GP Wildhaus 26.02.2022	
														GP Lenk 05.03.2022	
Mittwochstraining:		Kids/ Fun 13.15 Uhr - 15.45 Uhr Tann Race/Vorrace 13.15 Uhr- 15.45 Uhr Mittenwald								Nachwuchs Verantwortliche:				GP Riederalp 13.03.2022	
										Stephanie Venini		0797333155		GP Diablerets 19.03.2022	
Samstagstraining:		Kids/ Fun 08.30 Uhr - 11.30 Uhr Tann Race/Vorrace 08.30 Uhr- 11.30 Uhr Mittenwald/Rennpiste oder Seeben								Trainer:				Finale Obersaxen 24.-27.03.2022	
										Cheftrainer Race Marco Gadiet		0793461791			
Weihnachtsferien 18.12.2021- 02.01.2022:		Kids/Fun selbständig Skifahren						Race/Vorrace 08.30 Uhr -11.30 Uhr Mittenwald		Cheftrainer Vorrace Patrick Bless		0796636714			
Sportwoche 24.-28.01.2022		Kids/Fun selbständig Skifahren						Race/Vorrace gemäss Aufgebot TWITTER		Patrizia Hobi		0792390626			
Sportferien 29.01.2022- 06.02.2022:		Kids/Fun selbständig Skifahren						Race/Vorrace gemäss Aufgebot TWITTER							
Konditionstraining:		18.00 Uhr- 19.30 Uhr (Di MZH Flums/ Do Obere Halle Primarschulhaus Dorf)													