LLC Sarntal

Langlauftraining

(Sportplatz, Halle und auf dem Schnee)

Das Langlauftraining richtet sich an Kinder und Jugendliche ab 5 Jahren. Trainiert werden Ausdauer, Kraft und Koordination. Im Herbst bis ca. Ende November sind wir meist auf dem Sportplatz in Weißenbach oder in der Turnhalle. Sobald der erste Schnee fällt oder eine Kunstschneeloipe ist, trainieren wir auf dem Schnee.

Beginn Mittwoch, 6. September auf dem Sportplatz in Weißenbach.

Mittwochs und freitags findet das Training vorerst von 16:45 bis 18:45 statt.

- Gruppe 1 von 16:45 - 17:45 Uhr
- Gruppe 2 von 17:45 - 18:45 Uhr

Die Gruppeneinteilung erfolgt nach der Anmeldung.

Am Freitag, 8. September findet ein Training für alle um 16:45 Uhr statt. Anschließend organisieren wir eine kurze Infoveranstaltung zum Langlauftraining.

Informationen zum Training bei Sonja unter der Nummer 349 2543130.

Hast du Lust auch südtirolweit Rennen zu bestreiten, dann melde dich für die **Renngruppe** (ab 6 Jahren). Zusatztraining am Samstag.

Da heuer die Anmeldung ausschließlich digital erfolgt, meldet euch bitte auf https://asc-sarntal.registrix.it/ an.