

	03.12.2011	10.12.2011	17.12.2011	29.12.2012	07.01.2012	14.01.2012	21.01.2012	28.01.2012
	Skating	Skating	Skating	Skating	Skating	Klassisch	Skating	Skating
14:00-14:15	Einlaufen Spiele / Staffetten	Einlaufen Spiele / Staffetten	Einlaufen Spiele / Staffetten	Einlaufen Spiele / Staffetten	Einlaufen Spiele / Staffetten	Einlaufen Spiele / Staffetten	Einlaufen Spiele / Staffetten	Einlaufen Spiele / Staffetten
14:15-15:15	Hauptziel Gleichgewicht / ohne Stöcke	Hauptziel Gewichtsverlagerung / Schrittarten	Hauptziel Einführung diverse Technikarten	Hauptziel 1:1	Hauptziel 1:2 assymetrisch / symmetrisch	Hauptziel Doppelstock / Einschritt	Hauptziel Abfahrtstechnik	Hauptziel Geländeangepasstes Laufen / Besichtigung Strecke NordicDay
15:15-15:30	Auslaufen Spiele	Auslaufen Spiele	Auslaufen Spiele	Auslaufen Spiele	Auslaufen Spiele	Auslaufen Spiele	Auslaufen Spiele	Auslaufen Spiele

Zuständigkeiten:

Verantwortlicher:

Hinweis: Den Kindern der Jahrgänge 2002 und jünger ist es selbst überlassen, welche Skiart sie für das Training wählen.
Ideal ist die Miete von Schuppenski.