

Semesterferien-Training

Kindergruppe Alpin U11-U12

Auch in den Semesterferien wurde trainiert und deshalb hat sich unsere Kindergruppe Alpin U11-U12 an zwei Tagen in St. Lambrecht zu einem intensiven Training getroffen.

Am ersten Tag wurde ein RTL-Training mit anschließenden Technik- und Geländefahrten absolviert.

Am zweiten Tag fand dann ein SL-Training mit insgesamt 3 verschiedenen Stationen statt. Zwischen den einzelnen Fahrten wurde gleich die Videoanalyse gemacht, um in der nächsten Fahrt die Verbesserungsvorschläge umzusetzen.

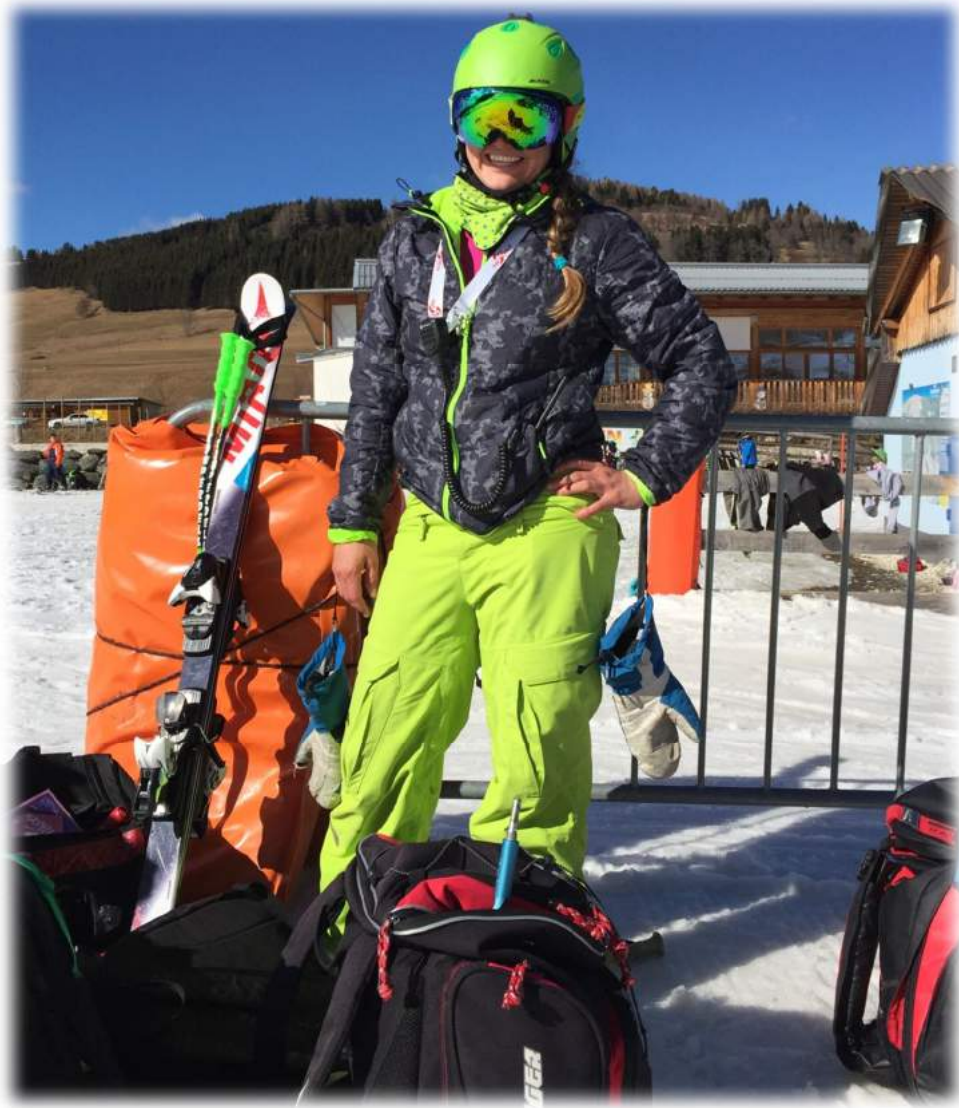
Trotz der milden Temperaturen konnte auf perfekten Pisten ein optimales Training mit 12 Sportler/innen durchgeführt werden.

Als Trainerinnen waren Karin Kienreich und Elisabeth Rottensteiner dabei.









Bericht/Fotos: Karin Kienreich