

# Steirisches Ski Team Alpin

## UI13-U15

Ein äußerst umfangreicher und interessanter Konditionskurs hat vorige Woche in Obertraun (BSFZ) stattgefunden.

Trainingsinhalte waren diesmal: Techniktraining Kraft (mit einem Experten), Turnen (mit einem Experten), Mountainbiken (Techniktraining in der Bike Arena Obertraun) sowie Beweglichkeitstraining.







