



**SKICLUB
HORW**
1919

SKICLUB HORW

Herbsttraining Nordisch 2022

Datum	Zeit	Veranstaltung		Bemerkung
Mo 29.08.22	17:00	Hallentraining ab 5 J		Horwerhalle
Mo 29.08.22	18:30	Hallentraining ab 12 J		Horwerhalle
Mi 31.08.22	14:00	Kondition: Laufen		Hofmatt
Fr 02.09.22	18:30	Kondition/Koordination		Hofmatt
Sa 03.09.22	13:00	Aufbau Schwändichilbi		Werkhof
So 04.09.22	10:00	Schwändichilbi		Nach Programm
Mo 05.09.22	17:00	Hallentraining ab 5 J		Horwerhalle
Mo 05.09.22	18:30	Hallentraining ab 12 J		Horwerhalle
Mi 07.09.22	14:00	1000 m Lauf	CUP	Seefeld
Fr 09.09.22	18:30	Rollski Einführungskurs		Clubhaus
Mo 12.09.22	17:00	Hallentraining ab 5 J		Horwerhalle
Mo 12.09.22	18:30	Hallentraining ab 12 J		Horwerhalle
Mi 14.09.22	18:30	Geländeslalom	CUP	Hofmatt
Fr 16.09.22	18:30	Kondition/Koordination		Hofmatt
Mo 19.09.22	17:00	Hallentraining ab 5 J		Horwerhalle
Mo 19.09.22	18:30	Hallentraining ab 12 J		Horwerhalle
Mi 21.09.22	18:00	Rollskilaufl	W-CUP	Schwendelberg
Fr 23.09.22	18:30	Kondition/Koordination		Hofmatt
Mo 26.09.22	17:00	Hallentraining ab 5 J		Horwerhalle
Mo 26.09.22	18:30	Hallentraining ab 12 J		Horwerhalle
Mi 28.09.22	18:30	Rollski klassisch		Clubhaus
Fr 30.09.22	18:30	Kondition/Koordination		Hofmatt
Mo 17.10.22	17:00	Hallentraining ab 5 J		Horwerhalle
Mo 17.10.22	18:30	Hallentraining ab 12 J		Horwerhalle
Mi 19.10.22	18:30	12 Min-Lauf	W-CUP	Seefeld
Fr 21.10.22	18:30	Kondition/Koordination		Hofmatt
Mo 24.10.22	17:00	Hallentraining ab 5 J		Horwerhalle
Mo 24.10.22	18:30	Hallentraining ab 12 J		Horwerhalle
Mi 26.10.22	18:30	Rollski klassisch		Clubhaus
Fr 28.10.22	18:30	Kondition/Koordination		Hofmatt
Mi 02.11.22	18:30	Rollski frei		Clubhaus
Fr 04.11.22	18:30	Kondition/Koordination		Hofmatt
Mo 07.11.22	17:00	Hallentraining ab 5 J		Horwerhalle
Mo 07.11.22	18:30	Hallentraining ab 12 J		Horwerhalle
Mi 09.11.22	18:30	Rollski klassisch		Clubhaus
Fr 11.11.22	18:30	Kondition/Koordination		Hofmatt
Mo 14.11.22	17:00	Hallentraining ab 5 J		Horwerhalle
Mo 14.11.22	18:30	Hallentraining ab 12 J		Horwerhalle
Mi 16.11.22	18:30	Rollski frei		Clubhaus
Fr 18.11.22	19:00	Absenden Sommercup		reform. Kirche
Mo 21.11.22	17:00	Hallentraining ab 5 J		Horwerhalle
Mo 21.11.22	18:30	Hallentraining ab 12 J		Horwerhalle
Mi 23.11.22	18:30	Rollski klassisch		Clubhaus
Fr 25.11.22	18:30	Wachsabend		Clubhaus

W-CUP = Diese Wettkämpfe zählen zum Wintercup

CUP = Diese Wettkämpfe zählen zum Sommercup

RAIFFEISEN

Raiffeisenbank Horw, unser