

Winterprogramm 2023/24

Nordisch



RAIFFEISEN

Raiffeisenbank Horw, unser Clubsponsor!

1. Hallentrainings

Die Hallentrainings finden immer zur selben Zeit am gleichen Ort statt.

Wochentag	Zeit	Training	Treffpunkt
Montag	17:00	Hallentraining ab 5 Jahren	Horwerhalle
Montag	18:30	Hallentraining ab 12 Jahren	Horwerhalle
Montag	20:00	Krafttraining Erwachsene	Horwerhalle

2. Schneetrainings

Datum	Zeit	Training	Treffpunkt
Sa 18.11.23	09:00	Allgemeine Clubskiausgabe bis 11:00 Uhr	Clubhaus
Sa 25.11.23	09:00	Clubskiausgabe Elchkurs bis 11:00 Uhr	Clubhaus
Mi 29.11.23	13:30	Schneetraining klassisch	Clubhaus
Mi 06.12.23	13:30	Schneetraining klassisch	Clubhaus
Sa 09.12.23	10:00	Schneetraining klassisch	Clubhaus
Mi 13.12.23	13:30	Schneetraining frei	Clubhaus
Sa 16.12.23	10:00	Elchkurs (Anmeldung) / Training frei	Clubhaus
Mi 20.12.23	13:30	Schneetraining klassisch	Clubhaus
Mi 10.01.24	13:30	Schneetraining klassisch	Clubhaus
Sa 13.01.24	10:00	Elchkurs (Anmeldung) / Training frei	Clubhaus
Mi 17.01.24	13:30	Schneetraining klassisch	Clubhaus
Sa 20.01.24	10:00	Elchkurs (Anmeldung) / Training klassisch	Clubhaus
Mi 31.01.24	13:30	Schneetraining frei	Clubhaus
Sa 03.02.24	10:00	Elchkurs (Anmeldung) / Training frei	Clubhaus
Mi 21.02.24	13:30	Schneetraining frei	Clubhaus
Mi 28.02.24	13:30	Schneetraining frei	Clubhaus
Mi 06.03.24	13:30	Schneetraining klassisch	Clubhaus
Sa 09.03.24	09:30	Res. Elchkurs (Anmeldung) / Training frei	Clubhaus
Mi 13.03.24	13:30	Schneetraining frei	Clubhaus
Mi 20.03.24	13:30	Schneetraining frei	Clubhaus
Mi 27.03.24	13:30	Schneetraining frei	Clubhaus
Sa 20.04.24	09:00	Clubskirückgabe bis 11:00 Uhr	Clubhaus

Information über Durchführung und Trainingsort jeweils am Vorabend im Internet www.skiclub-horw.ch

3. Lager Nordisch 2023 / 2024

Datum	Lager	Verantwortlich
02. - 03.12.23	Schneetrainingsweekend ab U12	offen
26. - 30.12.23	Lager Goms ab U14	Dominik Ummel
04. - 10.02.24	Clublager Gluringen	André Scherer

Für die einzelnen Lager werden spezielle Einladungen versendet.

4. Renndaten 2023 / 2024

Datum	Rennen	Anmeldung
10.12.23	Bürer Langlauf Realp	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
17.12.23	Weihnachtslanglauf Unterschächen	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
23.12.23	Helvetia Nordic Trophy klassisch	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
02.01.24	48. Entlebucher Langlauf	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
07.01.24	ZSSV-Meisterschaften Einzel-/Staffellauf	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
13.- 14.01.24	SM Jun./Damen/Herren	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
21.01.24	Helvetia Nordic Trophy Davos frei	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
27.01.24	Swiss Langlauf Cross Langis	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
28.01.24	Schrattenlauf Marbach	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
02.02.24	Nachtsprint Engelberg	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
11.02.24	Salwideli Langlauf	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
17. - 18.02.24	U14 / 16 SM Unterschächen	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
02.03.24	J+S Langlauf Marbach	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
09.03.24	LUSV-Rennen	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
16. - 17.03.24	Nordic Trophy Final Realp	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
22. - 23.03.24	SM Jun./Damen/Herren Horw	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
30.03.24	Langis-Sprint	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber

5. Wintercup 2023 / 2024

Datum	Zeit	Veranstaltung	Treffpunkt	Verantwortlich
25.10.23	18:30	12-Min.-Lauf	Seefeld	Rolf A.
04.11.23	10:00	Rollskillauf	Schwendelberg	Ronny Heer Silvia Buholzer
07.01.24	Offen	ZSSV-Meisterschaften Marbach	Programm	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
10.01.24	13.30	Fun-Parcours klassisch	Clubhaus	Silvia Buholzer
24.01.24	Offen	Schülerlanglauf	Programm	Reto Deschwanden
02.02.24	Offen	Nachtsprint Engelberg	Programm	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
08.02.24	Offen	Lagerrennen Gluringen	Programm	
24.02.24	Offen	Clubrennen Alpin/Nordisch	Programm	Rolf Aregger
17.03.24	Offen	Nordic Games Realp	Programm	Sibylle Bucheli, Gabriel Huber
19.04.24	18.00	Abschlussabend Winter	Einladung	Silvia Buholzer

Reglement: Für die Gesamtwertung zählen:

- U8: Die besten 3 Resultate, wovon mind. 2 auf Schnee
- U10: Die besten 5 Resultate, wovon mind. 3 auf Schnee
- U12-U20: Die besten 6 Resultate
- Übrige: Die besten 4 Resultate

6. Winterprogramm Nordisch 2023 / 2024

Datum	Zeit	Veranstaltung	CUP	Treffpunkt
Sa 18.11.23	09:00	Clubskiaausgabe bis 11:00 Uhr		Clubhaus
Sa 25.11.23	09:00	Clubskiaausgabe Elchkurs bis 11:00 Uhr		Clubhaus
Mi 29.11.23	13:30	Schneetraining klassisch		Clubhaus
Sa 02.12.23	Schneetrainingsweekend ab U12			Nach Programm
So 03.12.23				
So 03.12.23	09:30	Testlauf klassisch	CUP	Clubhaus
Mi 06.12.23	13:30	Schneetraining klassisch		Clubhaus
Sa 09.12.23	09:30	Schneetraining klassisch		Clubhaus
So 10.12.23	offen	54. Burer Langlauf Realp		Nach Programm
Mi 13.12.23	13:30	Schneetraining frei		Clubhaus
Sa 16.12.23	10:00	Elchkurs (Anmeldung) / Training fr		Clubhaus
So 17.12.23	offen	Weihnachtlanglauf Unterschächen		Nach Programm
Mi 20.12.23	13:30	Schneetraining klassisch		Clubhaus
Sa 23.12.23	offen	Helvetia Nordic Trophy kl		Nach Programm
Mo 26.12.23	Lager Goms ab U14			Nach Programm
Fr 30.12.23				
Di 02.01.24	offen	48. Entlebucher Langlauf		Nach Programm
So 07.01.24	offen	ZSSV-Meisterschaften Einzel und Staffel	CUP	Nach Programm
Mi 10.01.24	13:30	Fun-Parcours klassisch	CUP	Clubhaus
Sa 13.01.24	10:00	Elchkurs (Anmeldung) / Training fr		Clubhaus
Sa 13.01.24	SM Jun. / Damen / Herren Klosters			Nach Programm
So 14.01.24				
Mi 17.01.24	13:30	Schneetraining klassisch		Clubhaus
Sa 20.01.24	10:00	Elchkurs (Anmeldung) / Training kl		Clubhaus
So 21.01.24	offen	Helvetia Nordic Trophy Davos fr		Nach Programm
Mi 24.01.24	offen	Schülerlanglauf	CUP	Nach Programm
Sa 27.01.24	offen	Swiss Langlauf Cross Langis		Nach Programm
So 28.01.24	offen	Schrattenlauf Marbach		Nach Programm
Mi 31.01.24	13:30	Schneetraining frei		Clubhaus
Fr 02.02.24	offen	Nachtsprint Engelberg	CUP	Nach Programm
Sa 03.02.24	10:00	Elchkurs (Anmeldung) / Training fr		Clubhaus
So 04.02.24	Clublager Gluringen			Nach Programm
Sa 10.02.24				
So 11.02.24	offen	Salwideli-Langlauf		Nach Programm
Sa 17.02.24	U14/U16 SM Unterschächen			Nach Programm
So 18.02.24				
Mi 21.02.24	13:30	Schneetraining frei		Clubhaus
Sa 24.02.24	offen	Clubrennen Alpin/Nordisch	CUP	Nach Programm
Mi 28.02.24	13:30	Schneetraining frei		Clubhaus
Sa 02.03.24	offen	J+S-Langlauf Marbach		Nach Programm
Mi 06.03.24	13:30	Schneetraining klassisch		Clubhaus
Sa 09.03.24	10:00	Res. Elchkurs (Anmeldung) / Training fr		Clubhaus
Sa 09.03.24	offen	LUSV-Rennen		Nach Programm
Mi 13.03.24	13:30	Schneetraining frei		Clubhaus
Sa 16.03.24	Nordic Trophy Final Realp			CUP
So 17.03.24				Nach Programm
Mi 20.03.24	13:30	Schneetraining frei		Clubhaus
Fr 22.03.24	SM Jun. / Damen / Herren Realp Skiclub Horw			Nach Programm
So 24.03.24				
Mi 27.03.24	13:30	Schneetraining frei		Clubhaus
Sa 30.03.24	offen	Langis-Sprint		Nach Programm
Fr 19.04.24	18:00	Abschlussabend Winter		Nach Einladung
Sa 20.04.24	09:00	Clubskirückgabe bis 11:00 Uhr		Clubhaus