

## Trainingsplan Renngruppe Winter 2023 / 2024

	Dezember	Ort	Events
Fr.	01.12.2023		
Sa.	02.12.2023	KS Männl.	Einteilung
So.	03.12.2023		
Mo.	04.12.2023		
Di.	05.12.2023		
Mi.	06.12.2023		
Do.	07.12.2023		
Fr.	08.12.2023		
Sa.	09.12.2023	KS Männl.	Kernbewegungen
So.	10.12.2023		
Mo.	11.12.2023		
Di.	12.12.2023		
Mi.	13.12.2023		
Do.	14.12.2023		
Fr.	15.12.2023		
Sa.	16.12.2023	First	Kernbewegungen
So.	17.12.2023		
Mo.	18.12.2023		
Di.	19.12.2023		
Mi.	20.12.2023		
Do.	21.12.2023		
Fr.	22.12.2023		
Sa.	23.12.2023	KS Männl.	Ganzer Tag
So.	24.12.2023		
Mo.	25.12.2023		
Di.	26.12.2023		
Mi.	27.12.2023		
Do.	28.12.2023		
Fr.	29.12.2023		
Sa.	30.12.2023	First	Ausl. Schwungph.
So.	31.12.2023		

	Januar	Ort	Events
Mo.	01.01.2024		
Di.	02.01.2024		
Mi.	03.01.2024		
Do.	04.01.2024		
Fr.	05.01.2024		
Sa.	06.01.2024	KS Männl.	Ausl. Schwungph.
So.	07.01.2024		
Mo.	08.01.2024		
Di.	09.01.2024		
Mi.	10.01.2024		
Do.	11.01.2024		
Fr.	12.01.2024		
Sa.	13.01.2024	First	Minikipp / Slalom
So.	14.01.2024		
Mo.	15.01.2024		
Di.	16.01.2024		
Mi.	17.01.2024		
Do.	18.01.2024		
Fr.	19.01.2024		
Sa.	20.01.2024	First	Gepsi Slalom
So.	21.01.2024	Bumps	Eiger Race
Mo.	22.01.2024		
Di.	23.01.2024		
Mi.	24.01.2024		
Do.	25.01.2024		
Fr.	26.01.2024		
Sa.	27.01.2024	KS Männl.	Buckelpiste
So.	28.01.2024		
Mo.	29.01.2024		
Di.	30.01.2024		
Mi.	31.01.2024		

Migros Schönried

	Februar	Ort	Events
Do.	01.02.2024		
Fr.	02.02.2024		
Sa.	03.02.2024	First	Minikipp / Slalom
So.	04.02.2024		
Mo.	05.02.2024		
Di.	06.02.2024		
Mi.	07.02.2024		
Do.	08.02.2024		
Fr.	09.02.2024		
Sa.	10.02.2024	KS Männl.	Hocke
So.	11.02.2024		
Mo.	12.02.2024		
Di.	13.02.2024		
Mi.	14.02.2024		
Do.	15.02.2024		
Fr.	16.02.2024		
Sa.	17.02.2024	First	RS
So.	18.02.2024		
Mo.	19.02.2024		
Di.	20.02.2024		
Mi.	21.02.2024		
Do.	22.02.2024		
Fr.	23.02.2024		
Sa.	24.02.2024	First	RS
So.	25.02.2024	First	EKI RS First
Mo.	26.02.2024		
Di.	27.02.2024		
Mi.	28.02.2024		
Do.	29.02.2024	Sportferien	

	März	Ort	Events
Fr.	01.03.2024		
Sa.	02.03.2024	First	Bärlirennen
So.	03.03.2024		
Mo.	04.03.2024		
Di.	05.03.2024		
Mi.	06.03.2024		
Do.	07.03.2024		
Fr.	08.03.2024	Sportferien	
Sa.	09.03.2024	KS Männl.	Sprung
So.	10.03.2024	Männlichen	EKI Kombi
Mo.	11.03.2024		
Di.	12.03.2024		
Mi.	13.03.2024		
Do.	14.03.2024		
Fr.	15.03.2024		
Sa.	16.03.2024	First	rückwärts
So.	17.03.2024		
Mo.	18.03.2024		
Di.	19.03.2024		
Mi.	20.03.2024		
Do.	21.03.2024		
Fr.	22.03.2024		
Sa.	23.03.2024	KS Männl.	Sichtungstag
So.	24.03.2024		
Mo.	25.03.2024		
Di.	26.03.2024		
Mi.	27.03.2024		
Do.	28.03.2024		
Fr.	29.03.2024	Karrfreitag = Clubrennen	
Sa.	30.03.2024	?	Jo Abschluss = ganzer Tag
So.	31.03.2024		

Migros Lenk

### Treffpunkte

KS Männlichen	08:30 Uhr Terminal vor COOP
First	08:20 Uhr vor dem Ausgang
Rennen	über Whats up