

Trainingsgemeinschaft Hochmontafon



Trainingsplan Dezember 2020

Trainingscamp in den Weihnachtsferien			
Samstag	26.12.20	08:30 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera Bahn
Sonntag	27.12.20	08:30 Uhr - 12:00 Uhr	Versettla Bahn
Montag	28.12.20	08:30 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera Bahn
Dienstag	29.12.20	08:30 Uhr - 12:00 Uhr	Versettla Bahn
Mittwoch	30.12.20	08:30 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera Bahn

Wer am Training nicht teilnehmen kann bitte telefonisch abmelden!!!

Kontaktnummern der Trainer:

Werner Canal	0664 4008211	Chris-Peter Rudigier	0664 3145449
Michael Czernia	0664 88932274	Carina Czernia	0664 2139870
Sophia Brugger	0680 2227643	Samuel Fritz	0650 2603399
Josef Manahl	0664 5344113	Katharina Tagwerker	0650 6977765
Lisa Muster	0699 10655919	Daniel Kettner	0664 75015769

Ausrüstung & weitere Infos werden rechtzeitig per WhatsApp bekannt gegeben!

Trainingsgemeinschaft Hochmontafon



Trainingsplan Jänner 2021

Samstag	02.01.21	08:30 Uhr - 12:00 Uhr	Versettla Bahn
Sonntag	03.01.21	08:30 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera Bahn
Montag	04.01.21	08:30 Uhr - 12:00 Uhr	Versettla Bahn
Freitag	08.01.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	09.01.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Mittwoch	13.01.21	17:00 Uhr - 18:30 Uhr	Madrisalift
Freitag	15.01.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	16.01.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Grasjoch Training für SL
Sonntag	17.01.21	1. SCM WILU-MBS-CUP 2021 Hochjoch (SL)	
Mittwoch	20.01.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Freitag	22.01.21	13:45 Uhr - 18:30 Uhr	Valisera/ Versettla
<i>Nachtabfahrt mit Stirnlampen vom Brunellawirt bis Garfrescha Talstation</i>			
Samstag	23.01.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Mittwoch	27.01.21	17:00 Uhr - 18:30 Uhr	Madrisalift
Freitag	29.01.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	30.01.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla

Wer am Training nicht teilnehmen kann bitte telefonisch abmelden!!!

Kontaktnummern der Trainer:

Werner Canal	0664 4008211	Chris-Peter Rudigier	0664 3145449
Michael Czernia	0664 88932274	Carina Czernia	0664 2139870
Sophia Brugger	0680 2227643	Samuel Fritz	0650 2603399
Josef Manahl	0664 5344113	Katharina Tagwerker	0650 6977765
Lisa Muster	0699 10655919	Daniel Kettner	0664 75015769

Ausrüstung & weitere Infos werden rechtzeitig per WhatsApp bekannt gegeben!

Trainingsgemeinschaft Hochmontafon



Trainingsplan Februar 2021

Mittwoch	03.02.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Freitag	05.02.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	06.02.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Sonntag	07.02.21	2. SCM WILU-MBS-CUP 2021 SILBERTAL (SL)	
Semesterferien			
Montag	08.02.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Mittwoch	10.02.21	08:15 Uhr - 15:00 Uhr	Vermuntbahn
<i>Eventuell Skisafari nach Galtür</i>			
Freitag	12.02.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	13.02.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Mittwoch	17.02.21	17:00 Uhr - 18:30 Uhr	Madrisalift
Freitag	19.02.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	20.02.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Mittwoch	24.02.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Freitag	26.02.21	13:45 Uhr - 18:30 Uhr	Valisera/ Versettla
<i>Nachtabfahrt mit Stirnlampen von der Versettla nach Gaschurn</i>			
Samstag	27.02.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Sonntag	28.02.21	3. SCM WILU-MBS-CUP 2021 GASCHURN (RTL)	

Wer am Training nicht teilnehmen kann bitte telefonisch abmelden!!

Kontaktnummern der Trainer:

Werner Canal	0664 4008211	Chris-Peter Rudigier	0664 3145449
Michael Czernia	0664 88932274	Carina Czernia	0664 2139870
Sophia Brugger	0680 2227643	Samuel Fritz	0650 2603399
Josef Manahl	0664 5344113	Katharina Tagwerker	0650 6977765
Lisa Muster	0699 10655919	Daniel Kettner	0664 75015769

Ausrüstung & weitere Infos werden rechtzeitig per WhatsApp bekannt gegeben!

Trainingsgemeinschaft Hochmontafon



Trainingsplan März 2021

Mittwoch	03.03.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Freitag	05.03.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	06.03.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Mittwoch	10.03.21	17:00 Uhr - 18:30 Uhr	Madrisalift
Freitag	12.03.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	13.03.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Latschau Training für CR
Sonntag	14.03.21	4. SCM WILU-MBS-CUP 2021 GOLM (CR)	
Mittwoch	17.03.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Freitag	19.03.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	20.03.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Mittwoch	24.03.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Freitag	26.03.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	27.03.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Sonntag	28.03.21	5. SCM WILU-MBS-CUP 2021 ST.GALLENKIRCH	
Mittwoch	31.03.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla

Wer am Training nicht teilnehmen kann bitte telefonisch abmelden!!!

Kontaktnummern der Trainer:

Werner Canal	0664 4008211	Chris-Peter Rudigier	0664 3145449
Michael Czernia	0664 88932274	Carina Czernia	0664 2139870
Sophia Brugger	0680 2227643	Samuel Fritz	0650 2603399
Josef Manahl	0664 5344113	Katharina Tagwerker	0650 6977765
Lisa Muster	0699 10655919	Daniel Kettner	0664 75015769

Ausrüstung & weitere Infos werden rechtzeitig per WhatsApp bekannt gegeben!

Trainingsgemeinschaft Hochmontafon



Trainingsplan April 2021

Freitag	02.04.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	03.04.21	08:15 Uhr - 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
Mittwoch	07.04.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Freitag	09.04.21	13:45 Uhr - 16:15 Uhr	Valisera/ Versettla
Samstag	10.04.21	08:15 Uhr – 12:00 Uhr	Valisera/ Versettla
<i>Saisonabschluss – es gibt nur ein Gas – Vollgas!!!</i>			

Wer am Training nicht teilnehmen kann bitte telefonisch abmelden!!!

Kontaktnummern der Trainer:

Werner Canal	0664 4008211	Chris-Peter Rudigier	0664 3145449
Michael Czernia	0664 88932274	Carina Czernia	0664 2139870
Sophia Brugger	0680 2227643	Samuel Fritz	0650 2603399
Josef Manahl	0664 5344113	Katharina Tagwerker	0650 6977765
Lisa Muster	0699 10655919	Daniel Kettner	0664 75015769

Ausrüstung & weitere Infos werden rechtzeitig per WhatsApp bekannt gegeben!