

Stützpunkt Stuttgart / Mittlere Alb

Verteiler: Stützpunktmannschaft / Trainer



365 Tage sportlich aktiv
schwäbischer
skiverband e.v.

Stützpunktleiter

Frank Lipp
Osianderstr. 8
70197 Stuttgart
Tel. 0711 - 659312
Mobil 0172/7102980
gipser-lipp@t-online.de
11. September 2008

Lehrgangseinladung Stützpunkt Stuttgart

Lehrgang: 6 - 08/09

Datum: 5. – 7.9.08

Ort: Skihalle Landgraaf NL

Trainer: F. Lipp, G. Herrmann

Treffpunkt: 8:00 Birkenkopf

Lehrgangskosten: ca. 230.- € (VP, Fahrt, Anteil Umlage, Lift)
Mittagessen 5.9. nicht enthalten (Vesper mitbr.!)

Mitzubringen: SL-Ski, Trainingsbekleidung für Halle u. Gelände,
Sprungseil, kpl. Winterrüstung (Achtung! Skihalle hat konstant
minus 6-7°!), RS- u. SL-Stöcke

Programm: Grundlagentechnik; vielseitige Übungen; Besen- u. Kurzkipper-SL;
z.T. Einführung lange Kippstangen; div. Kondiarbeit

Anm.: Umgehend, bei Nichtteilnahme Begründung!

Grüße
Gianna + Frank