

Liebe Athleten,

Bei den Donnerstagabend Trainings (Skigang, Fusslauf, Rollski) gilt Leuchtwestenpflicht und Helmpflicht

Bitte auch an eine Stirnlampe denken, sobald es dunkler wird.

Abmeldungen

Di und Do Abendtrainings: bis spätestens am Mittag im Athletenchat (gerne mit Begründung)

Wir wünschen euch gute Trainings.

Vanessa und Madlen



Trainingsplan vom 1. Juli - 6. November 2025

| Tag | Datum | Anlass | Ort | Kat/ Tech | Beschreib | Treffpunkt | Zeit | RG | AG | Bemerkungen |
|-----|------------|-----------------------|-----------|-------------------|-----------|-------------------|-------|---------|--------|---|
| Di | 01.07.2025 | Training | Entlebuch | | RG /AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Sandra | | |
| Do | 03.07.2025 | Training | Entlebuch | Skigangtour | RG | Märtplatz | 18:00 | Sandro | Nils | Infos via Chat |
| Di | 08.07.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Nils | | Halle geschlossen, bitte Aussenschuhe mitnehmen |
| Di | 15.07.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Selina | | Halle geschlossen, bitte Aussenschuhe mitnehmen |
| Di | 22.07.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Sandro | | Halle geschlossen, bitte Aussenschuhe mitnehmen |
| Di | 29.07.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Lukas | | Halle geschlossen, bitte Aussenschuhe mitnehmen |
| Di | 05.08.2025 | kein Training | | | RG/AG | | | | | Kein Training, da kein Interesse |
| Di | 12.08.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Lukas | | Halle geschlossen, bitte Aussenschuhe mitnehmen |
| Do | 14.08.2025 | Grillplausch | | | | | | | | Infos folgen |
| Di | 19.08.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | René | | |
| Do | 21.08.2025 | Training | Entlebuch | Rollski klassisch | RG | Märtplatz | 18:30 | Vanessa | | |
| Di | 26.08.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Willy | | |
| Do | 28.08.2025 | Training | Entlebuch | Rollski skating | RG | Märtplatz | 18:30 | Lars | | |
| So | 31.08.2025 | Städelilauf | Flühli | | alle | | | | | Infos folgen/keine Betreuung durch SCE |
| Di | 02.09.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Lukas | | |
| Do | 04.09.2025 | Training | Entlebuch | Rollski klassisch | RG | Märtplatz | 18:30 | Selina | | |
| Di | 09.09.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | René | | |
| Do | 11.09.2025 | Training | Entlebuch | Rollski skating | RG | Märtplatz | 18:30 | Sandro | | |
| Di | 16.09.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Selina | | |
| Do | 18.09.2025 | Training | Entlebuch | Rollski klassisch | RG | Märtplatz | 18:30 | Lars | | |
| Di | 23.09.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Damian | | |
| Do | 25.09.2025 | Berglaufest | Entlebuch | Fusslauf | RG | Metzg. Felder | 18:30 | Dani | Sandro | Vanessa, Röbi |
| Di | 30.09.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Nils | | |
| Do | 02.10.2025 | Training | Entlebuch | Rollski skating | RG | Märtplatz | 18:30 | Vanessa | | |
| So | 05.10.2025 | Berglauf First | Hasle | | alle | | | Bruno | Sandra | Betreut bis U14/Infos folgen |
| Di | 07.10.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Damian | | |
| Do | 09.10.2025 | Training | Entlebuch | Rollski klassisch | RG | Märtplatz | 18:30 | Lars | | |
| Di | 14.10.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | René | | |
| Do | 16.10.2025 | Training | Entlebuch | Rollski skating | RG | Märtplatz | 18:30 | Sandro | | |
| Di | 21.10.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Sandra | | |
| Do | 23.10.2025 | Training | Entlebuch | Rollski skating | RG | Märtplatz | 18:30 | Sandra | | |
| Di | 28.10.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Willy | | |
| Do | 30.10.2025 | Training | Entlebuch | Rollski klassisch | RG | Märtplatz | 18:30 | Selina | | |
| Di | 04.11.2025 | Training | Entlebuch | | RG/AG | Dreifachturnhalle | 18:30 | Sandra | | |
| Di | 04.11.2025 | Koordinations-sitzung | Entlebuch | | | | 20:30 | | | Infos folgen |
| Do | 06.11.2025 | Training | Entlebuch | Skigang | RG | Märtplatz | 18:30 | Sandro | | |

Trainer

| | | | |
|-------------------|---------------|-----------------|---------------|
| Damian Arnet | 078 408 35 09 | Lars Fankhauser | 075 415 02 90 |
| Sandro Brun | 079 436 31 54 | Nils Fankhauser | 079 525 84 78 |
| Selina Hofstetter | 079 859 50 90 | Sandra Meier | 078 810 43 87 |
| Madlen Duss | 076 452 14 10 | Willy Reinhard | 079 561 61 43 |
| René Graf | 079 606 73 93 | Röbi Studer | 079 647 06 46 |
| Patrick Marbacher | 076 428 92 75 | Hans Fankhauser | 079 62436 47 |
| Lukas Aregger | 076 268 04 90 | Dani Schilter | 079 271 85 29 |

Chef Nordisch Trainings: Vanessa Brun 079 269 29 67