



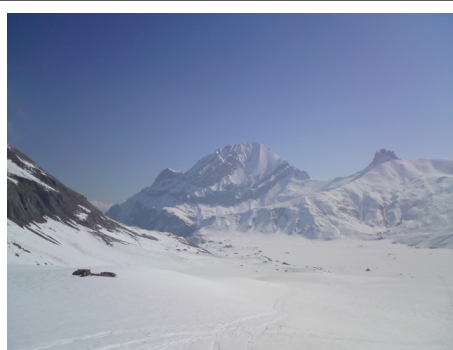
www.bosv.ch

Ein Regionalverband von

swisski  
www.swiss-ski.ch



www.schneesport-mittelland.ch



### Herrliche Umgebung für das Skitraining

Trainingskurs 1-3 09 / 10	Toni Burn
---------------------------	-----------

#### Saisoneröffnung auf altem Schnee!

Nein so alt war der Schnee nicht, auf dem die nordische Trainingsgemeinschaft, die ersten Schneekilometer für die neue Wintersaison absolvierte. Nach dem den ganzen Winter auch in tieferen Regionen auf Schnee trainiert wurde, fand das BOSV und SSM Kader sowohl in Sparenmoos als auch auf der Engstligenalp nochmals hervorragende Bedingungen um die Skitechnik aufzufrischen. In der langen Saison mit vielen Wettkämpfen und intensiven Trainingseinheiten fehlt den Athleten oft die Zeit um ihre technischen Finessen immer wieder anzupassen und zu festigen. „Es ist super nach der Wettkampfsaison mit den Athleten noch einige ruhige Tage auf dem Schnee zu verbringen“ meinte den auch der Cheftrainer Toni Burn „es bleibt auch etwas mehr Zeit für Gespräche, obwohl die Zeit immer zu kurz ist“ Die drei Trainingweekends boten auch eine sehr gute Gelegenheit, damit sich die Athleten die aus dem U16 Kader Aufsteigen, ein Einblick in den Trainingsbetrieb der älteren Athleten verschaffen und sich gegenseitig kennenlernen. Sowohl im Sparenmoos, als auch auf der Engstligenalp konnte auch neben der Spur, dem beliebten Firnskaiting, trainiert werden. So wurde auf der Engstligenalp auf verschiedensten Wegen der bekannte Rossboden, der sonst nur von den Tourenskifahrer durchschritten wird, in Angriff genommen. Auf der anschliessenden Abfahrt, zurück auf die „Engstliglägi“ fühlten sich die Tourenfahrer wieder etwas rehabilitiert gegenüber dem leichtfüssigen Aufstieg der Langläufer zuvor. Neben dem Techniktraining, stand auch Materialtest auf dem Programm und die Einführung in das Skihandbuch, das in der neuen Saison den Athleten zur Verfügung steht, damit im Training und vorallem bei Wettkämpfe noch selbstständiger das Material ausgewählt und vorbereitet werden kann.

HAUPTSPONSOR



SPONSOR



CO-SPONSOR

