

| Dezember |                                  |                             | Januar |  |  | Februar |  |   | März  |                       |                                     |
|----------|----------------------------------|-----------------------------|--------|--|--|---------|--|---|-------|-----------------------|-------------------------------------|
| DAT      | Training                         | Rennen                      | DAT    | Training   | Rennen   | DAT     | Training                                 | Rennen  | DAT   | Training              | Rennen                              |
| 01 So    |                                  |                             | 01 Fr  | Neujahrstag  |  | 01 Mo   |  |   | 01 Mo |                       |                                     |
| 02 Mi    |                                  |                             | 02 Sa  | kein offiz. Training,selbständig                     |  | 02 Di   |  |   | 02 Di |                       |                                     |
| 03 Do    | B. Michu                         | Zinal NJR GS                | 03 So  | kein offiz. Training,selbständig                     |  | 03 Mi   | Oberland Nachmittag                      |   | 03 Mi | Oberland Nachmittag   | B. Michu + Fabu                     |
| 04 Fr    | B. Michu                         | Zinal NJR GS                | 04 Mo  |  |  | 04 Do   | Pause                                    |   | 04 Do |                       |                                     |
| 05 Sa    | B. Michu                         | Zinal NJR SL                | 05 Di  |  |  | 05 Fr   | Pause                                    |   | 05 Fr | B. Michu              | Veysonnaz JUN-SM Training           |
| 06 So    | B. Michu                         | Zinal NJR SL                | 06 Mi  | Schwarzsee Nachmittag                                | B. Michu + Jörg                                      | 06 Sa   | Pause                                    |   | 06 Sa | B. Michu              | Veysonnaz JUN-SM Training           |
| 07 Mo    |                                  |                             | 07 Do  |  |  | 07 So   | Pause                                    |   | 07 So | B. Michu              | Veysonnaz JUN-SM DH                 |
| 08 Di    |                                  |                             | 08 Fr  |  |  | 08 Mo   | Pause                                    |   | 08 Mo | B. Michu              | Veysonnaz JUN-SM DH                 |
| 09 Mi    | Oberland Nachmittag              | B. Claudia + Michu          | 09 Sa  | Berner-Cup Grund SL & Eggli SL (Nachtslalom), Gstaad | Bürchen NJR Swiss-Cup I SL                           | 09 Di   | Pause                                    |   | 09 Di | B. Michu              | Veysonnaz JUN-SM SG, Swiss Cup I-II |
| 10 Do    | evtl. Michu                      | Lenzerheide Swiss-Cup II SL | 10 So  | Eggli-Riesenslalom 2x RS Berner-Cup, Eggli Saanen    | Bürchen NJR Swiss-Cup I SL                           | 10 Mi   | Schwarzsee Nachmittag                    |   | 10 Mi | B. Michu + Björn      | Pause                               |
| 11 Fr    | evtl. Michu                      | Lenzerheide GS              | 11 Mo  |  |  | 11 Do   |  |   | 11 Do |                       | Pause                               |
| 12 Sa    | kein offiz. Training,selbständig |                             | 12 Di  |  |  | 12 Fr   |  |   | 12 Fr |                       | Pause                               |
| 13 So    | kein offiz. Training,selbständig |                             | 13 Mi  | Oberland Training                                    | B. Michu   | 13 Sa   |  | Thuis Swiss-Cup I-II SL                                 | 13 Sa |                       | Pause                               |
| 14 Mo    |                                  |                             | 14 Do  | Oberland Training                                    | B. Michu   | 14 So   |  | Thuis SL  | 14 So |                       | Pause                               |
| 15 Di    | B. Claudia                       | Zuoz NJR GS                 | 15 Fr  |  |  | 15 Mo   |  |   | 15 Mo |                       |                                     |
| 16 Mi    | B. Claudia                       | Zuoz NJR GS                 | 16 Sa  |  | BOSV-Meisterschaft RS (2x) BERNER-CUP, Lenk/Metsch   | 16 Di   | SG Training Wengen                       | B. Michu  | 16 Di | B. Michu+ Franz       | Stoos Elite SM Training DH          |
| 17 Do    | B. Claudia                       | Flums (CIT-Rennen) SL       | 17 So  | Pause  |  | 17 Mi   | SG Training Wengen                       | B. Michu  | 17 Mi | B. Michu+ Franz       | Stoos Elite SM Training DH          |
| 18 Fr    | B. Claudia                       | Flums (CIT-Rennen) SL       | 18 Mo  |  |  | 18 Do   |  |   | 18 Do | B. Michu+ Franz       | Stoos Elite SM SC                   |
| 19 Sa    | Pause                            |                             | 19 Di  |  |  | 19 Fr   |  |   | 19 Fr | B. Michu+ Franz       | Stoos Elite SM DH                   |
| 20 So    | Pause                            |                             | 20 Mi  | Oberland Nachmittag B. Claudia + Fabu                | Laax Jun-SM RS Swiss Cup II RS                       | 20 Sa   | A: Michi V.                              | IR-Mitte SG-Meisterschaft Berner-Cup, Wengen Lauberhorn | 20 Sa | B. Franz + Michi V.   | Stoos Elite SM SG                   |
| 21 Mo    | evtl. Claudia                    | Brigels 2xSG                | 21 Do  |  | Laax FIS RS  | 21 So   |  |   | 21 So | B. Franz + Michi V.   | Hoch Ybrig Elite SM RS              |
| 22 Di    | evtl. Claudia                    | Brigels, Swiss-Cup II GS    | 22 Fr  |  |  | 22 Mo   |  |   | 22 Mo | B. Franz + Michi V.   | Hoch Ybrig Elite SM SL              |
| 23 Mi    | Schwarzsee Nachmittag            | B. Michu                    | 23 Sa  |  | BOSV/SSM-MS, SL, Lauenen Nacht-SL, Berner-Cup Gstaad | 23 Di   |  |   | 23 Di |                       |                                     |
| 24 Do    | Pause                            |                             | 24 So  | Freiburger- & Berner Cup 2x RS SSM MS RS, Schwarzsee | Swiss-Cup I NJR RS Obersaxen, B. Claudia             | 24 Mi   | Oberland Nachmittag                      | B. Claudia + Jörg                                       | 24 Mi | Schwarzsee Nachmittag | B. Claudia                          |
| 25 Fr    | Pause                            |                             | 25 Mo  |  | Swiss-Cup I NJR RS Obersaxen, B. Claudia             | 25 Do   |  |   | 25 Do |                       |                                     |
| 26 Sa    | Pause                            |                             | 26 Di  |  |  | 26 Fr   | B. Claudia                               | Arolla JUN-SM SL Swiss-Cup I-II SL                      | 26 Fr |                       |                                     |
| 27 So    | Oberland Weihnachtslager         | B. Michu + Claudia          | 27 Mi  | Schwarzsee Nachmittag                                | B. Michu   | 27 Sa   | SC Bern Riesenslalom Schönried-Horneggli | Arolla SL, B. Claudia                                   | 27 Sa | B. Michu              | Anzère Swiss-Cup I-II GS            |
| 28 Mo    | B. Michu                         | Sorenberg Swiss-Cup II SL   | 28 Do  | B. evtl. Claudia                                     | FIS Schönried SL                                     | 28 So   |  |   | 28 So | B. Michu              | Anzère GS                           |
| 29 Di    | B. Michu                         | Sorenberg SL                | 29 Fr  | B. evtl. Claudia                                     | FIS Schönried SL                                     |         |  |   | 29 Mo | B. Michu              | Zinal Swiss-Cup I-II 2xSG           |
| 30 Mi    | Oberland Weihnachtslager         | B. Michu + Claudia          | 30 Sa  | B. evtl. Claudia                                     | FIS Schönried RS                                     |         |  |   | 30 Di |                       |                                     |
| 31 Do    |                                  |                             | 31 So  | B. evtl. Claudia                                     | FIS Schönried RS                                     |         |  |   | 31 Mi |                       |                                     |

Zeit für Konditioneller Aufbau für die 2. Saisonhälfte