

Ski 4 in Saas-Fee (9.-11. August)

Am Sonntagabend, 8. August 2010 um 17.15 Uhr fahren wir bei sehr schönem Wetter in Heimberg los zu unserer 3. Woche Schneetraining in Saas-Fee. Alle freuen sich auf das Training und um ca. 19.00 Uhr kommen wir in Saas-Grund beim Hotel Bergheimat, wo wir unsere Unterkunft haben, an. Ein feines Nachtessen steht für uns schon bereit. Nach dem Essen gibt es eine Sitzung, wo Michu uns das Wochenprogramm bekannt gibt. Um 21.30 Uhr ist dann schon Nachtruhe, weil wir am nächsten Morgen ja sehr früh aufstehen müssen.

Am Montagmorgen gibt es dann, wie auch an den nächsten Tagen, um 5.30 Uhr Tagwache. Nach dem Morgenessen fahren wir mit den Bussen nach Saas-Fee und besteigen um 7.00 Uhr den Alpin-Express. Um ca. 8.00 Uhr stehen wir dann auf dem Alalin-Gletscher auf unseren Skiern und das Schneetraining kann beginnen. Heute ist Slalom angesagt und zwar Technik und Stangen. Das Wetter ist super und das Training „fägt“! Um 12.00 Uhr ist Ende und nach dem Mittagessen im Drehrestaurant kehren wir nach Saas-Grund zurück. Nach einer Ruhepause gibt es ein Jogging von 45 Minuten und dann noch Rumpfübungen. Nach dem Nachtessen gibt es eine Lernstunde und dann noch eine Sitzung. Weil ich keine Aufgaben für die Lernstunde mitgenommen habe (schliesslich sind ja Sommerferien) muss ich leider diesen Bericht schreiben. Um 21.30 Uhr ist wieder Nachtruhe und alle sind müde und können gut schlafen.

Am Dienstag trainieren wir wieder Slalom. Weil wir alle gut trainiert haben und Michu mit uns zufrieden ist, fährt er mit uns am Nachmittag wieder nach Saas-Fee, wo wir auf dem Fee-Blitz eine Rodelfahrt geniessen dürfen und noch etwas freie Zeit zur Verfügung haben. Das war mega cool, danke!

Am Mittwoch trainieren wir Riesenslalom Technik und Stangen. Weil für Donnerstag sehr schlechtes Wetter angesagt ist, sagt uns der Pistenchef am Mittag, dass die Lifte am Donnerstagmorgen wahrscheinlich nicht geöffnet sein werden. Darum fahren wir schon heute Nachmittag anstatt erst am Donnerstag nach Hause.

Ganz herzlichen Dank unseren Trainern Michu und Clöidle, das Training war super und hat ganz viel Spass gemacht!

Am Wochenende steht für uns ja bereits der nächste Termin vor der Tür, ein Kondi-Wochenende in Magglingen ist angesagt. Darauf freue ich mich jetzt schon ganz fest!

Sven Jaussi JO-Kader, Jg. 1997