

Saison 2018/19 JO trinnordic (Stand: 18.11.18)

03.11.18	Herbsttraining gesamte JO Trin (polysportiver Parcours in Trin), ab 12.30 Wachskurs nordisch für Kinder und Eltern im Langlaufzentrum Prau davon in Trin Mulin
10.11.18	Herbsttraining (Parc da moviment, Trin)
17.11.18	Herbsttraining (Spiele/Judo, Turnhalle, Trin) ab 12.30 Wachskurs gleich wie am 03.11.
24.11.18	Herbsttraining (Schlittschuhlaufen/Eishockey, Flims)
01.12.18	erstes Schneetraining Skating
08.12.18	Trainingssamstag ganzer Tag klassisch
15.12.18	Björn Dählie Event in Davos, ganzer Tag, Skating
22.12.18	Training klassisch
29.12.18	Training klassisch
31.12.18	Silvesterlauf, klassisch
05.01.19*	Training
12.01.19	Training mit Eltern (alle: definitive Anmeldung fürs Wochenende im Goms)
19.01.19	Training
26.01.19	Training
02.02.19	Bündner Langlaufstag in Klosters (definitiv nur am Samstag)
09.02.19	Training
15.02.19	Clubrennen SC Trin und Flims (Freitagabend, auch für die Eltern) Wenn es kein Schnee hat in Trin > 17.2.18 in Bargis
16.02.19	kein Training (Möglichkeit am Clubrennen alpin oder am Rennen Trun teilzunehmen)
23.02.19	Biathlon Kids Cup (ab Jahrgang 2008) in Ulrichen, Goms mit Übernachten (für alle)
24.02.19	Mini-Gommerlauf für alle
02.03.19	Workshop gesamte JO
09.03.19	letztes Training der Saison
16.03.18	Abschluss Energia Alpina Nordic Cup in Sagogn (für alle der JO trinnordic)
30.03.19	JO Trin Abschluss (Ski, Snowboard, Langlauf) in Trin

- Alle Trainings finden am Samstagvormittag nach Ansage statt! Bitte **beachtet immer www.jotrin.ch**! Die Infos sind jeweils ab Donnerstagabend, 20 Uhr aufgeschaltet.
- Abmeldungen gehen **per Telefon/SMS** an Annina Lutz (081/630 43 54 o. 079/303 71 07).
- Wir erwarten, dass nur aus dringenden Gründen vom Training/Wettkampf ferngeblieben wird.
- Wir gehen mit allen Kindern an den Silvesterlauf, das Clubrennen, die Bündner Langlaufstage und ins Goms. Kinder, welche zusätzliche Rennen laufen möchten, können dies gerne tun (siehe Liste unten).
- **Mitarbeit der Eltern:** Wir sind auf eure Unterstützung angewiesen, wenn wir weiter weg trainieren (müssen). Bitte organisiert euch untereinander, wer wann fährt. Für gewisse Anlässe brauchen wir auch HelferInnen und/oder Kuchen. Wir melden uns, wenn es soweit ist! *Silvesterlauf: Kuchen für unseren Kuchenstand*
- **Startgelder** werden von der JO Trin übernommen; Reise-, Übernachtungs- und Verpflegungskosten müssen von den Eltern übernommen werden (Ausnahme: die Kosten für den Bus Flims-Bargis werden von der JO übernommen! Danke!).
- * Im Rahmen von J+S-Kids allround (Jahrgänge 2013/2012) wird an diesem Tag ein **Schnuppertraining Langlauf** angeboten. Dieses Schnuppertraining ist auch für andere interessierte Kinder ab Jahrgang 2013 offen. Bitte meldet diese Kinder bei Annina Lutz an.
- Jugendliche ab der 5. Klasse können jeweils ein bis zwei Mal pro Monat das **Training des SST (Surselva Ski Team)** besuchen, diese Schnuppertrainings finden jeweils am Mittwochnachmittag statt, genaue Daten und mehr Infos folgen. Ab der 6. Klasse kann definitiv zum SST gewechselt werden. Dort werden jugendliche LangläuferInnen aus mehreren Clubs der Surselva zu intensiveren Trainings zusammengezogen. Voraussetzung für eine Teilnahme ist grosse Motivation, mehr zu trainieren als wir in der JO anbieten.

Verantwortliche Leiterin:

Annina Lutz

Tel: 081 630 43 54

Mobile: 079 303 71 07

Weitere Rennen im Rahmen des Energia Alpina Nordic Cups:

19.1.19 Castrisch (Skating)

16.2.19 Trun (klassisch)

26.1.19 Sedrun (Sprint)