

JO Saanen

Zusammen Skifahren und Spass haben

Hast du Lust auf Skifahren mit anderen Kids?



Bist du auch bereit
Neues auszuprobieren?

So melde dich hier bei
uns so schnell wie
möglich an!

Skifahren ist ein Ausdruck von Lebensfreude!“

Die JO Saanen wird vom Ski Club Saanen organisiert. Jeden Mittwoch Nachmittag sausen wir gemeinsam die Pisten am Eggli hinunter! Manchmal springen wir über Schanzen, ziehen Kurven in den weichen Pulverschnee oder wagen uns so schnell wie möglich um kleine Tore zu fahren. Als Team nehmen wir an regionalen Animationsrennen teil, wo die Kinder von unseren Ski-Coaches betreut werden. In den Weihnachtsferien sowie in der Sportwoche bieten wir einen 3-Tägigen-Trainingsblock pro Woche an.

Fun Team

Dynamisches und
sicheres freies Skifahren

Training:
Mittwoch 14:00-16:00

Fun Team Plus

Freies Skifahren
Stangentraining

Mittwoch 14:00-16:00
Dienstag 17:30-19:15

Rennteam

SkirennsportTechnik
und Stangentraining

Dienstag /Donnerstag
17:30-19:15
Samstag Morgen

1

SPASS

Wir machen
zusammen Sport

2

INTERESSE

Wir lernen von
einander

3

FREUNDSCHAFT

Wir sind für
einander da

Infoabend



Freitag 27.10.23
Um:19:00
Im Ski Club Haus

Kosten

Jahresbeitrag: 150.-
Kleidermiete:100.-
RLZ Status: 55.-

Workshop & Apero



In der
Altjahrswoche gibts
Tipps zum Wachsen
und Kantenschleifen





End of Season



Zum Abschluss gibts
ein Parallelslalom und
Fackelabfahrt

Im Team lernen wir voneinander und stärken uns gemeinsam zu unserem Besten-Ich!

Bei uns in der JO sind alle Kinder herzlich willkommen, welche folgende Anforderungen erfüllen:

-  sicherer Parallelschwung,
-  regelmässige Trainingsteilnahme
-  Teilnahme an regionalen Animationsrennen
-  Freude am Skisport



Nach den Herbstferien beginnen wir mit dem Konditionstraining. Wir treffen uns jeweils am Mittwochnachmittag 16:00-17:00 und 17:10-18:10 in zwei Gruppen, in der Turnhalle in Saanen. Wann immer es das Wetter erlaubt, gestalten wir unsere Trainings auch im Freien (Inline-Skating, Schlittschuhlaufen, Scooter-Parcours, Waldlauf, Vita-Parcours, usw.). Kraft- und Geschicklichkeitsübungen sowie Ausdauer und Beweglichkeit sind die grundlegenden Bestandteile unserer Trainings. Sobald genug Schnee liegt, beginnen wir mit dem Skitraining.

Bei Fragen könnt ihr gerne mit mir Kontakt aufnehmen. Für jegliche Auskünfte und Anmeldung stehe ich jederzeit gerne zur Verfügung.

Ich freue mich schon jetzt auf „Deine“ Anmeldung!

Auf der Internetseite findest du die Anmeldung oder schreib mir direkt eine Email:)

Ski Club Saanen
Christiane Zingre

Email: Jo-saanen@hotmail.com

Lerne von deinen Freunden und sei interessiert. Ein gutes Team ist dein bester Coach!“ Lucas Braathen

