



## RSL – Technikworkshop Annaberg Reidl Samstag 16. Dezember 2017

### Liebe skibegeisterte Kinder und Eltern!

Zu Saisonbeginn bieten wir einen Trainingstag für eure Ski Kids an!

Schwerpunkt: Riesentorlauf - Grundtechnik und Riesentorlauf – Renntechnik.

**Altersklassen: U8 bis U12, ÖSV Mitgliedschaft ist nicht zwingend notwendig!  
Jahrgänge 2006-2010**

**Anmeldung: MD Ski Lilienfeld, [office@mdski.at](mailto:office@mdski.at)  
Bis 15. Dezember, 15 Uhr**

**Nennung bitte, wenn möglich, in eine EXEL Datei schreiben**

**Inhalte:** Erlernen der Grundtechnik  
Stangentraining – zwei bis drei RTL Stationen  
Kleiner Torabstand, großer Torabstand  
Zeitläufe, Videoanalyse ,  
Im Anschluss persönliche Beratung mit dem Trainer, (Schilängen, Technik usw..)  
Die Trainer der MD Ski Lilienfeld werden ihr Wissen und ihre langjährige Erfahrung sehr gerne an eure Kinder weitergeben.

**Treffpunkt:** 8:30 Uhr Kassa Reidllifte Annaberg. Für Liftkarte ist selbstständig zu sorgen!  
Startnummernausgabe ab 8:30 Uhr im Teichstüberl bei Kassa

**Beginn:** 9:00 Uhr Zdarsky Zielhütte Reidllift Talstation  
Besprechung und Gruppeneinteilung 8: 50 Uhr  
Dazwischen gibt es die Möglichkeiten sich im Zielgelände zu stärken. ( Tee, Getränke ....)

**Ende:** ca 13 Uhr  
Schlussbesprechung Zdarsky Zielhütte Reidllift  
Jeder Teilnehmer bekommt ein kleines Geschenk!

### **Auf euer Kommen freut sich das MD Ski Trainerteam!**

Gernot Welbich	sportl. Leiter MD Ski, Landestrainer und Schülersportwart LSV NÖ
Klaus Spinka	Trainer MD Ski, Förderkader und Kinderreferent LSV NÖ,
Romana Hausa	Trainerin MD Ski, Förderkader und Kinderreferentin LSV NÖ
Wolfgang Plieweis	Trainer MD Ski, Förderkader Schüler LSV NÖ
Johannes Posch	Trainer MD Ski, Gebietstrainer MITTE -LSV NÖ

Sollten wetterbedingt Änderungen notwendig sein, so werden diese im Newsbereich auf der HP MD Ski Lilienfeld [www.mdski@aon.at](http://www.mdski@aon.at) und [www.noel-sv.at](http://www.noel-sv.at) angekündigt.

**Auskunft** [office@mdski.at](mailto:office@mdski.at) und [gernot.welbich@gmx.net](mailto:gernot.welbich@gmx.net)