

Kurse Vorsaison 2024

19.08.2024 - 06.10.2024

ON-ICE	Trainer	Tag	Zeit		Ausfall
Förderkurs 0-3*	ECHZ	Mittwoch	15.45 - 16.45		28.8., 25.9.
Förderkurs 0-3*	ECHZ	Samstag	08:00 - 09:00		14.9.
Förderkurs 0-3*	ECHZ	Samstag	09:00 - 10:00		14.9.
Erwachsenenkurs	Patricia	Dienstag	10.00 - 11.00		

OFF-ICE	Trainer	Tag	Zeit		Raum	Ausfall
Sprungtraining ab 4*	EV	Montag	16.45 - 17.45		Gymn.Raum	
Sprungtraining ab Bronze	EV	Montag	17.45 - 18.45		Gymn.Raum	
Sprungtraining ab Silber	EV	Montag	18.45 - 19.45		Gymn.Raum	
Sprungtraining ab IB	EV	Mittwoch	18.15 - 19.15		Gymn.Raum	
Trockentraining IS (Bronze)	ECHZ Team	Dienstag	18.00 - 19.00		Kraftraum	
Trockentraining ab 4*	ECHZ Team	Freitag	18.00 - 19.00		Kraftraum	
Trockentraining Sternli	EV	Montag	16.00 - 16.45	45min	Gymn.Raum	
Trockentraining Sternli	ECHZ Team	Mittwoch	17.15 - 18.15		Gymn.Raum	
Stabilitäts- / Beinachsen- & Krafttraining ab IB / Bronze	TS	Mittwoch	15.45 - 16.45		Gymn.Raum	
Krafttraining ab 12J.	TS	Donnerstag	17.45 - 18.45		Kraftraum	
Krafttraining ab 12J.	TS	Donnerstag	18.45 - 19.45		Kraftraum	
Krafttraining ab 12J.	TS	Samstag	12.15 - 13.15		Kraftraum	
Konditionstraining Sternli	TS	Samstag	10.15 - 11.15		Gymn.Raum	
Konditionstraining ab IB	TS	Samstag	11.15 - 12.15		Gymn.Raum	
Ballett *ältere* ab ca. 9 Jahre	SK	Mittwoch	13.30 - 14.30		Gymn.Raum	
Ballett *jüngere*	SK	Mittwoch	14.30 - 15.30		Gymn.Raum	
Ballett *ältere* ab ca. 9-10 Jahre	Sabine Hofmann	Samstag	13.15 - 14.15		Gymn.Raum	
Ballett *jüngere*	Sabine Hofmann	Samstag	14.15 - 15.15		Gymn.Raum	
Tanzen modern dance *beginners/jüngere*	CF	Dienstag	16.30 - 17.15	45min	Gymn.Raum	
Tanzen modern dance *ältere* ab IB/B	CF	Dienstag	17.15 - 18.15		Gymn.Raum	