

WEISSE ARENA GRUPPE



Weisse Arena Gruppe
Via Murschetg 17
CH-7032 Laax
Telefon: +41 (0)81 927 70 07
Telefax: +41 (0)81 927 70 08
weissearena@laax.ch
www.laax.com

Die Tochterunternehmen der
Weissen Arena Gruppe:
- Weisse Arena Bergbahnen
- Weisse Arena Gastro AG
- Weisse Arena Leisure AG
- Mountain Vision AG
- Mountain Adventures AG

**Allgemeine Informationen und
Produktekatalog
Trainings Cruiser 2023/ 2024**

Inhaltsverzeichnis

Ehrenkodex.....	5
Trainingsübersicht Cruiser.....	6
Off Snow Trainings.....	7
Kids Trainings.....	7
Grundstruktur des Kids Training.....	8
Kids Training Midi, Montag.....	9
Kids Training Maxi, Montag.....	9
Kids Training Mini, Mittwoch.....	10
Kids Training Mini Mini, Donnerstag ab August 2023.....	10
Kids Training goes Snowboard, Samstag.....	10
Woolly Bugger Training Mittwoch & Donnerstag.....	11
Grundstruktur des Woolly Bugger Trainings.....	12
Woolly Bugger Training Mittwoch 1.....	12
Woolly Bugger Training Mittwoch 2.....	12
Woolly Bugger Donnerstag.....	12
Planung Woolly Bugger Training Mittwoch 1 16.15 Uhr – 18.15 Uhr.....	13
Planung Woolly Bugger Training Mittwoch 2 18.30 Uhr – 20.30 Uhr.....	15
Planung Woolly Bugger Training Donnerstag 18.00 Uhr – 20.00 Uhr.....	17
Skateboard Freitag.....	19
Planung Skate Training, Sommer 2023/ 2024.....	20
Planung Skate Training Freitag, Winter Saison 2023/24.....	21
On Snow Training.....	23
Schneetraining Samstag.....	23
Schneetraining Samstag halbtags.....	25
Schneetraining Samstag ganztags.....	25
Zusatzinformationen Material Freeski.....	26
Zusatzinformationen Material Freestyle Snowboard.....	28
Contestgruppe.....	30

WEISSE ARENA GRUPPE

Grundvoraussetzung	Eine regelmässige Teilnahme an den Trainings ist unbedingt erforderlich.
Alter	Eine Trainingsteilnahme ist ab dem jeweiligen Jahrgang möglich. Ausnahmeregelungen müssen besprochen werden.
Ausrüstung/ Material	Turnbekleidung, Turntätteli, Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken müssen mitgebracht werden; Skateboards, Helme sowie Protektoren stehen in begrenzter Anzahl zur Verfügung.
Anmeldung	Die Anmeldung ist ab 03.04.2023 möglich. Der Anmeldeschluss für das Schneetraining Samstag ist der 19.11.2023.
Trainingsjahr	Unser Trainingsjahr dauert jeweils von Mai bis April. Das Schneetraining beginnt am 16. Dezember 2023 und endet am 06. April 2024.
Verhalten im Freestyle Academy Circus	In der Freestyle Academy achten wir auf Ordnung und Sauberkeit und erwarten dies auch von unseren Besuchern. Es stehen im Sportbereich Schliessfächer zur Verfügung. Bitte bringt eure Rucksäcke, Jacken, usw. immer in die Schliessfächer und nutzt zur Müllentsorgung die vorhandenen Mülleimer. Als wöchentliche Wiederkehrer seid ihr Vorbilder für alle anderen Besucher. Es gilt der Freestyle Academy Ehrencodex.
Betreuung	Während den Trainings werden die Kinder von unseren Trainern trainiert und betreut. Das Benutzen der Anlagen davor und danach erfolgt auf eigene Verantwortung.
Obligatorischer Einführungskurs	Bei Einstieg ab dem ersten Woolly Bugger Training wird der obligatorische Einführungskurs automatisch absolviert; bei späterem Trainingseinstieg ist dieser eine Voraussetzung. In unseren anderen Trainingsangeboten ist der Einführungskurs nicht im Training integriert.
Liffticket	Kann zum Vorzugspreis nur in Kombination mit unserem Angebot Schneetraining gebucht werden; Gültig während der Wintersaison 2023/2024 im Skigebiet LAAX. Abholung während der regulären Öffnungszeiten <u>vor</u> dem ersten Training im LAAX School Büro in LAAX.
Abonnement Freestyle Academy	Kann zum Vorzugspreis nur in Kombination mit einem Off oder On Snow Training gebucht werden; Gültig ab 01.05.2023 bis Ende April 2024. Dieses Angebot gilt nicht für Teilnehmer unseres Kids Training.

<p>Microsoft Teams</p>	<p>Die gesamte Kommunikation wird über unser Microsoft Teams «MAD – Freestyle Academy MEMBERS» abgewickelt. Die regelmässige Nutzung unseres Informationskanals ist enorm wichtig.</p> <p>Die Eltern verpflichten sich bei der Anmeldung Microsoft Teams beizutreten, die Infos zu lesen und Abmeldungen über den entsprechenden Kanal vorzunehmen.</p> <p>Seit der Trainingssaison 2020/21 läuft unsere Kommunikation ausschliesslich über Microsoft Teams. Hier haben wir einen Kanal eingerichtet, auf dem alle veröffentlichten Informationen jedem und jederzeit zur Verfügung stehen. Mit der Anmeldung gebt ihr uns eure Mailadressen an. Wir laden euch über diese Mailadressen in unser Team mit dem Namen "MAD – Freestyle Academy MEMBERS" ein. Falls ihr wünscht, dass weitere Mailadressen Zugang zu unserem Team bekommen, meldet uns bitte die entsprechenden Adressen.</p> <p>Einige Kanäle im Überblick</p> <p>Allgemein: Hier veröffentlichen wir allgemeine Informationen zu unserem Trainingsbetrieb.</p> <p>1. Chat: Diesen Kanal stellen wir zur allgemeinen Kommunikation untereinander zur Verfügung.</p> <p>2. Abmeldungen: Seid ihr verhindert und könnt an einem Training nicht teilnehmen, teilt uns dies bitte auf diesem Kanal mit.</p> <p>Bedenkt: Alle Trainer und das Verkaufspersonal können eure Abmeldungen ebenfalls sehen. Ihr kommuniziert direkt und verhindert damit Wartezeiten und Suchaktionen.</p> <p>Weitere Kanäle: In allen weiteren Kanälen findet ihr spezifische Informationen zu diesen Trainingseinheiten. Wir empfehlen euch jene Trainings-Kanäle zu abonnieren, welche ihr gebucht habt.</p>
<p>Absenzen</p>	<p>Alle Absenzen bitte über unseren Microsoft Teams Kanal «2. Abmeldungen» kommunizieren.</p>

Ehrenkodex

Ehrenkodex Freestyle Academy LAAX:

- WIR VERZICHTEN AUF ZIGARETTEN, DROGEN UND ALKOHOL IN UNSERER ZEIT MIT DER FREESTYLE ACADEMY.
- WIR ÜBERNEHMEN (MIT-) VERANTWORTUNG UND HANDELN IM SINNE DES TEAMS.

Konsequenzen:

Wer sich nicht an diese Abmachungen hält wird mit der ersten Verwarnung unverzüglich nach Hause geschickt. Bei der zweiten Verwarnung wird er/sie für immer von der Freestyle Academy ausgeschlossen.

Jedes Mitglied der Freestyle Academy entscheidet sich mit der Abgabe der Anmeldung für die Einhaltung dieser Bestimmung.

Off Snow Trainings

Kids Trainings

Trainingsbeschreibung	Blocktraining für die Kleinsten angepasst auf ihre Lern- und Bewegungsbedürfnisse. Mit einer soliden Basis aus verschiedenen Bewegungsgrundformen und Ritualen, wird Spass an der Bewegung spielerisch und altersgerecht vermittelt. Das Training findet nach Möglichkeit ausserhalb der regulären Öffnungszeiten statt.
Betreuung	Eltern müssen nicht zwingend als Aufsichts- oder Betreuungsperson dabei sein. Sofern möglich, nehmen die Kinder selbstständig am Training teil. Dies kann mit der/m TrainerIn besprochen werden.
Alter	Kids Training Midi Montag - Jahrgang 2019 Kids Training Maxi Montag – Jahrgang 2018 Kids Training Mini Mittwoch – Jahrgang 2020 Kids Training Mini Mini Donnerstag – Jahrgang 2021
Ausrüstung	Bequeme Turnbekleidung Turntappeli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken für alle Teilnehmer und allfällige Begleitpersonen (obligatorisch). Langhaarige TeilnehmerInnen sollen bitte die Haare zusammenbinden.
Trainingszeiten	Kids Training Midi Montag, 08.30 – 10.00 Uhr Kids Training Maxi Montag, 13.00 – 14.30 Uhr Kids Training Mini Mittwoch, 08.30 – 10.00 Uhr Kids Training Mini Mini Donnerstag, 08.30 – 10.00 Uhr
Trainingsort	KIDS Freestyle Academy Flims
Pause	Für die Trainingspause dürfen die Kinder gerne einen kleinen (gesunden) Snack und ein Getränk mitbringen.

Grundstruktur des Kids Training

Midis 2019 Montagsmorgen 08.30 – 10.00 Uhr	Maxis 2018 Montagnachmittag 13.00 – 14.30 Uhr	Minis 2020 Mittwochmorgen 08.30 – 10.00 Uhr	Mini Mini 2021 Donnerstagsmorgen 08.30 – 10.00 Uhr	Inhalt
08.30 – 08.35 (5min)	13.00 – 13.05 (5min)	08.30 – 08.35 (5min)	08.30 – 08.35 (5min)	Begrüßung, Abwesenheitskontrolle, Trainingsvorschau
08.35 – 08.45 (10min)	13.05 – 13.15 (10min)	08.35 – 08.45 (10min)	08.35 – 08.45 (10min)	Einwärmen mit Spiel
08.45 – 09.00 (15min)	13.15 – 13.30 (15min)	08.45 – 09.00 (15min)	08.45 – 09.00 (15min)	Instruktion, Erlernen neuer Übungsabläufe
09.00 – 09.10 (10min)	13.30 – 13.40 (10min)	09.00 – 09.10 (10min)	09.00 – 09.10 (10min)	Unterstütztes Üben
09.10 – 09.25 (15min)	13.40 – 13.55 (15min)	09.10 – 09.25 (15min)	09.10 – 09.25 (15min)	Pause und (begleitet) WC
09.25 – 09.50 (25min)	13.55 – 14.20 (25min)	09.25 – 09.50 (25min)	09.25 – 09.50 (25min)	Skateboard, Bike, Parcours
09.50 – 10.00 (10min)	14.20 – 14.30 (10min)	09.50 – 10.00 (10min)	09.50 – 10.00 (10min)	Abschlussspiel, Verabschiedung

WEISSE ARENA GRUPPE

Kids Training Midi, Montag

Alter	Nur Jahrgang 2019
Trainingsblöcke	1. Block: 08.05.2023 - 26.06.2023 (7 Trainings) 2. Block: 21.08.2023 - 02.10.2023 (7 Trainings) 3. Block: 23.10.2023 - 04.12.2023 (7 Trainings) 4. Block: 08.01.2024 - 19.02.2024 (7 Trainings) 5. Block: 04.03.2024 - 08.04.2024 (5 Trainings) Kein Training am 01.04.2024 - Ostermontag
Trainingszeit	Montag, 08.30 – 10.00 Uhr
Trainingsort	KIDS Freestyle Academy Flims
Preis	Je Block CHF 95.- Block 5 CHF 68.-

Kids Training Maxi, Montag

Alter	Bis Sommer 23 2017/18 danach nur Jahrgang 2018
Trainingsblöcke	1. Block: 08.05.2023 - 26.06.2023 (7 Trainings) 2. Block: 21.08.2023 - 02.10.2023 (7 Trainings) 3. Block: 23.10.2023 - 04.12.2023 (7 Trainings) 4. Block: 08.01.2024 - 19.02.2024 (7 Trainings) 5. Block: 04.03.2024 - 08.04.2024 (5 Trainings) Kein Training am 01.04.2024 - Ostermontag
Trainingszeit	Montag, 13.00 – 14.30 Uhr
Trainingsort	KIDS Freestyle Academy Flims
Preis	Je Block CHF 95.- Block 5 CHF 68.-

Kids Training Mini, Mittwoch

Alter	Bis Sommer 23 2020/21 danach nur Jahrgang 2020
Trainingsblöcke	1. Block: 10.05.2023 - 21.06.2023 (7 Trainings) 2. Block: 23.08.2023 - 04.10.2023 (7 Trainings) 3. Block: 25.10.2023 - 06.12.2023 (7 Trainings) 4. Block: 10.01.2024 - 21.02.2024 (7 Trainings) 5. Block: 06.03.2024 - 10.04.2024 (6 Trainings)
Trainingszeit	Mittwoch, 08.30 – 10.00 Uhr
Trainingsort	KIDS Freestyle Academy Flims
Preis	Je Block CHF 95.- Block 5 CHF 81.-

Kids Training Mini Mini, Donnerstag ab August 2023

Alter	Nur Jahrgang 2021
Trainingsblöcke	1. Block: 24.08.2023 - 05.10.2023 (7 Trainings) 2. Block: 26.10.2023 - 07.12.2023 (7 Trainings) 3. Block: 11.01.2024 - 22.02.2024 (7 Trainings) 4. Block: 07.03.2024 - 11.04.2024 (6 Trainings)
Trainingszeit	Donnerstag, 08.30 – 10.00 Uhr
Trainingsort	KIDS Freestyle Academy Flims
Preis	Je Block CHF 95.- Block 4 CHF 81.-

Kids Training goes Snowboard, Samstag

Beschrieb	Snowboard Blockkurs/ -unterricht für unsere kleinsten Gäste. Spielerisch erlernen sie ihre ersten Bewegungen mit und auf dem Snowboard. Ausserdem werden sie mit ihrem Material vertraut gemacht hat.
Alter	Nur Jahrgänge 2018/2019
Ausrüstung	- eigene Snowboard Ausrüstung inkl. Helm - Mietmaterial im LAAX Rental in limitierter Anzahl vorhanden; muss der Kunde selbst organisieren
Trainingsblöcke	1. Block: 27.01.2024 - 17.02.2024 (4 Trainings) 2. Block: 02.03.2024 - 23.03.2024 (4 Trainings)
Trainingszeit	Samstag, 13.00 – 15.00 Uhr
Trainingsort	Schneewunderland Flims oder Beginner Gelände 1 auf dem Crap Sogn Gion.
Preis	Je Block CHF 160.-

Woolly Bugger Training Mittwoch & Donnerstag

<p>Trainingsbeschreibung/ Alter/ Gruppen</p>	<p>Woolly Bugger Mittwoch 1 - Jahrgänge 2015-2017 Die Konzentrationsphasen unserer jüngsten Freestyler sind noch kurz, doch mit Spiel und Spass verfliegt die Zeit im Nu. Wir orientieren uns an den Empfehlungen von «Jugend und Sport»- Kindersport und wollen eine solide Basis in verschiedenen Bewegungsgrundformen und Ritualen legen. Es werden 3 fixe Trainingsgruppen gebildet. Pro Training werden im Rotationsprinzip jeweils 2 Themen besucht.</p> <p>Woolly Bugger Mittwoch 2 – Jahrgänge 2011-2014 Gemeinsame Einstimmungs- und Ausklangrituale gehören weiterhin zum Trainingsablauf. Die drei L (lernen, lachen, leisten) werden uns durch die Trainings begleiten. Auf spielerische Weise wollen wir die grosse Freestyle-Welt noch genauer entdecken. Unseren Teilnehmern geht die Energie nie aus und so wollen wir uns möglichst viel bewegen um anschliessend müde ins Bett zu fallen. Jeweils der erste Teil des Trainings wird in fixen Trainingsgruppen in einem Rotationsprinzip mit wechselnden Trainingsthemen absolviert. Im zweiten Teil darf das Trainingsthema selbstständig gewählt und vertieft werden.</p> <p>Woolly Bugger Donnerstag – Jahrgänge 2005-2010 Konzentriert und fokussiert werden wir an einzelnen Tricks üben. Individuelle Trainingsziele werden vermehrt berücksichtigt und das selbstständige Üben und Einschleifen von Tricks wird gefördert. Natürlich darf auch in diesem Training gelacht werden, denn die gute Stimmung schafft ein angenehmes Lern-Ambiente. Die Teilnehmer dieses Trainings wählen ihren Trainingsinhalt selbstständig. Jeweils in der Trainingsmitte besteht die Möglichkeit das Trainingsthema zu wechseln.</p>
<p>Gruppeneinteilung</p>	<p>Wir teilen die Kinder in den ersten 1-2 Trainings in unterschiedliche Gruppen (Grün, Rot, Blau) ein. Mit dem Wissen über die Gruppenzugehörigkeit kann der Trainingsplan gelesen werden. (siehe weiter unten).</p>
<p>Ausrüstung</p>	<p>Bequeme Turnbekleidung Turntappeli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken Gute Skate-/ Turnschuhe (mit flachen Sohlen) Eigenes Skateboard, Helm und Protektoren (sofern vorhanden) Achtet darauf, dass eure Kinder auch im Winter geeignete Skateschuhe dabei haben. Langhaarige TeilnehmerInnen sollen bitte die Haare zusammenbinden.</p>
<p>Trainingszeitraum</p>	<p>Woolly Bugger Mi – 16.08.2023 – 10.04.2024 Woolly Bugger Do – 17.08.2023 – 11.04.2024</p> <p>KEIN Training während Ferien und Feiertagen!</p>
<p>Trainingszeiten</p>	<p>Woolly Bugger Mi 1, 16.15 – 18.15 Uhr Woolly Bugger Mi 2, 18.30 – 20.30 Uhr Woolly Bugger Do, 18.00 – 20.00 Uhr</p>
<p>Pause</p>	<p>Für die Trainingspause dürfen die Kinder gerne einen kleinen (gesunden) Snack und ein Getränk mitbringen.</p>
<p>Trainingsort</p>	<p>Freestyle Academy Circus Flims am Sportzentrum Prau la Selva</p>

Grundstruktur des Woolly Bugger Trainings

Mittwoch, 2015-2017	Mittwoch, 2011-2014	Donnerstag, 2005-2010	Inhalt
16.15-16.20 (5min)	18.30-18.35 (5min)	18.00-18.05 (5min)	Begrüssung
16.20-16.40 (20min)	18.35-18.50 (15min)	18.05-18.20 (15min)	Aufwärmen (abholen, ankommen, einstimmen)
16.40-17.15 (35min)	18.50-19.30 (40min)	18.20-19.05 (45min)	Trainingsblock 1 (Trampolin, Akrobatik, Rollen)
17.15-17.30 (15min)	19.30-19.40 (10min)	19.05-19.10 (5min)	Pause
17.30-18.05 (35min)	19.40-20.20 (40min)	19.10-19.55 (45min)	Trainingsblock 2 (Trampolin, Akrobatik, Rollen)
18.05-18.15 (10min)	20.20-20.30 (10min)	19.55-20.00 (5min)	Abschluss, Ausklang, Verabschiedung

Woolly Bugger Training Mittwoch 1

Alter	Jahrgänge 2015 - 2017
Trainingszeitraum	16.08.2023 - 10.04.2024 KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
Trainingszeit	Mittwoch, 16.15 – 18.15 Uhr
Preis	CHF 540.-

Woolly Bugger Training Mittwoch 2

Alter	Jahrgänge 2011 - 2014
Trainingszeitraum	16.08.2023 - 10.04.2024 KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
Trainingszeit	Mittwoch, 18.30 – 20.30 Uhr
Preis	CHF 540.-

Woolly Bugger Donnerstag

Alter	Jahrgänge 2005 – 2010
Trainingszeitraum	17.08.2023 - 11.04.2024 KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
Trainingszeit	Donnerstag, 18.00 – 20.00 Uhr
Preis	CHF 540.-

WEISSE ARENA GRUPPE

Planung Woolly Bugger Training Mittwoch 1 | 16.15 Uhr – 18.15 Uhr

Team Grün:	
Team Rot:	
Team Blau:	

Datum	Block	Akrobatik	Trampolin	Rollen
16.08.2023	Block 1			
	Block 2			
23.08.2023	Block 1			
	Block 2			
30.08.2023	Block 1			
	Block 2			
06.09.2023	Block 1			
	Block 2			
13.09.2023	Block 1			
	Block 2			
20.09.2023	Block 1			
	Block 2			
27.09.2023	Block 1			
	Block 2			
04.10.2023	Block 1			
	Block 2			
25.10.2023	Block 1			
	Block 2			
01.11.2023	Block 1			
	Block 2			
08.11.2023	Block 1			
	Block 2			
15.11.2023	Block 1			
	Block 2			
22.11.2023	Block 1			
	Block 2			
29.11.2023	Block 1			
	Block 2			
06.12.2023	Block 1			
	Block 2			
13.12.2023	Block 1			
	Block 2			
20.12.2023	Block 1			
	Block 2			

WEISSE ARENA GRUPPE

10.01.2023	Block 1				
	Block 2				
17.01.2023	Block 1				
	Block 2				
24.01.2023	Block 1				
	Block 2				
31.01.2024	Block 1				
	Block 2				
07.02.2024	Block 1				
	Block 2				
14.02.2024	Block 1				
	Block 2				
21.02.2024	Block 1				
	Block 2				






































06.03.2024	Block 1				
	Block 2				
13.03.2024	Block 1				
	Block 2				
20.03.2024	Block 1				
	Block 2				
27.03.2024	Block 1				
	Block 2				
03.04.2024	Block 1				
	Block 2				
10.04.2024	Block 1				
	Block 2				

Planung Woolly Bugger Training Mittwoch 2 | 18.30 Uhr – 20.30 Uhr

Team Grün:	
Team Rot:	
Team Blau:	

Datum	Block	Akrobatik	Trampolin	Rollen
16.08.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
23.08.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
30.08.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
06.09.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
13.09.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
20.09.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
27.09.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
04.10.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
25.10.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
01.11.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
08.11.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
15.11.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
22.11.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
29.11.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
06.12.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
13.12.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
20.12.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		

WEISSE ARENA GRUPPE

10.01.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
17.01.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
24.01.2023	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
31.01.2024	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
07.02.2024	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
14.02.2024	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
21.02.2024	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
06.03.2024	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
13.03.2024	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
20.03.2024	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
27.03.2024	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
03.04.2024	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		
10.04.2024	Block 1			
	Block 2	Trainingsthema kann frei gewählt werden		

WEISSE ARENA GRUPPE

Planung Woolly Bigger Training Donnerstag | 18.00 Uhr – 20.00 Uhr

Datum	Block	Akrobatik	Trampolin	Rollen
17.08.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
24.08.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
31.08.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
07.09.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
14.09.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
21.09.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
28.09.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
05.10.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
26.10.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
02.11.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
09.11.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
16.11.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
23.11.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
30.11.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
07.12.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
14.12.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			
21.12.2023	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden	
	Block 2			

WEISSE ARENA GRUPPE

11.01.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
18.01.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
25.01.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
01.02.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
08.02.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
15.02.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
22.02.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		



07.03.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
14.03.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
21.03.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
28.03.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
04.04.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		
11.04.2024	Block 1		Trainingsthema kann frei gewählt werden
	Block 2		

WEISSE ARENA GRUPPE

Skateboard Freitag

Trainingsbeschreibung	Wöchentliches Skate-Jahrestraining mit den Schwerpunkten Transition und Street. Das Training kann während der schneefreien Monate sowohl In- als auch Outdoor (z. B. im Betongarta Chur) stattfinden.
Voraussetzungen	Sicheres Anfahren (pushen) und kontrolliertes Bremsen sind für die Teilnahme erforderlich. Vorkenntnisse aus dem Woolly Bugger Trainings sind ausreichend.
Gruppeneinteilung	Wir teilen die Kinder in den ersten 1-2 Trainings in unterschiedliche Gruppen (Grün, Rot, Blau) ein. Mit dem Wissen über die Gruppenzugehörigkeit kann der Trainingsplan gelesen werden. (siehe weiter unten).
Alter	Jahrgänge 2005 – 2015
Ausrüstung	eigenes Skateboard eigene Knie- und Ellbogenschoner eigener Helm eigene Skateschuhe (keine anderen Schuhe) Trinkflasche und einen gesunden Snack für zwischendurch.
Trainingszeitraum	05.05.2023 – 12.04.2024 KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
Trainingszeiten	Freitag, 18.00 – 20.00 Uhr
Treffpunkte	-Rocksresort; bei der Rockslounge Bar -Betongarten Chur; Skatepark Obere Au, 7000 Chur -Freestyle Academy Circus; Via Prau la Selva 6, 7018 Flims -Galaaxy Park; Via Prau la Selva 6, 7018 Flims
Transport	Die Anfahrt zu den Outdoor-Trainings ist Teilnehmersache.
Wetter	Die Trainings finden gemäss nachfolgender Planung statt. Bei schlechten Witterungsbedingungen finden die Trainings immer im Freestyle Academy Circus statt. Änderungen kommunizieren wir über den Microsoft Teams Kanal Skatetraining Freitag . Falls die Wetterlage unklar scheint, dürft ihr euch im Freestyle Academy Circus melden.
Preis	CHF 666.-

WEISSE ARENA GRUPPE

Planung Skate Training, Sommer 2023/ 2024

Datum	Rocksresort Laax Rocks Park oder Garage -5	Betongarten Chur	Freestyle Academy Outdoor Galaaxy Park	Freestyle Academy Indoor Circus Zelt (nur bei schlechter Witterung)
05.05.2023				ALLE
12.05.2023	Noch nicht definiert			
26.05.2023	Noch nicht definiert			
02.06.2023	Noch nicht definiert			
09.06.2023	Noch nicht definiert			
16.06.2023	Noch nicht definiert			
23.06.2023	Noch nicht definiert			
30.06.2023	Noch nicht definiert			
18.08.2023	ALLE			
25.08.2023	Noch nicht definiert			
01.09.2023	Noch nicht definiert			
08.09.2023	Noch nicht definiert			
15.09.2023	Noch nicht definiert			
22.09.2023	Noch nicht definiert			
29.09.2023	Noch nicht definiert			
06.10.2023	Noch nicht definiert			

WEISSE ARENA GRUPPE

Planung Skate Training Freitag, Winter Saison 2023/24

Team Grün:
Team Rot:
Team Blau:

Datum	Block	Vert / Flattricks	Bowl	Street / Miniramp
27.10.2023	Block 1	Blau	Rot	Grün
	Block 2	Grün	Blau	Rot
03.11.2023	Block 1	Rot	Grün	Blau
	Block 2	Blau	Rot	Grün
10.11.2023	Block 1	Grün	Blau	Rot
	Block 2	Rot	Grün	Blau
17.11.2023	Block 1	Blau	Rot	Grün
	Block 2	Grün	Blau	Rot
24.11.2023	Block 1	Rot	Grün	Blau
	Block 2	Blau	Rot	Grün
01.12.2023	Block 1	Grün	Blau	Rot
	Block 2	Rot	Grün	Blau
08.12.2023	Block 1	Blau	Rot	Grün
	Block 2	Grün	Blau	Rot
15.12.2023	Block 1	Rot	Grün	Blau
	Block 2	Blau	Rot	Grün
22.12.2023	Block 1	Grün	Blau	Rot
	Block 2	Rot	Grün	Blau
12.01.2024	Block 1	Blau	Rot	Grün
	Block 2	Grün	Blau	Rot
19.01.2024	Block 1	Rot	Grün	Blau
	Block 2	Blau	Rot	Grün
26.01.2024	Block 1	Grün	Blau	Rot
	Block 2	Rot	Grün	Blau
02.02.2024	Block 1	Blau	Rot	Grün
	Block 2	Grün	Blau	Rot
09.02.2024	Block 1	Rot	Grün	Blau
	Block 2	Blau	Rot	Grün
16.02.2024	Block 1	Grün	Blau	Rot
	Block 2	Rot	Grün	Blau
23.02.2024	Block 1	Blau	Rot	Grün
	Block 2	Grün	Blau	Rot

WEISSE ARENA GRUPPE

08.03.2024	Block 1			
	Block 2			
15.03.2024	Block 1			
	Block 2			
22.03.2024	Block 1			
	Block 2			
05.04.2024	Block 1			
	Block 2			
12.04.2024	Block 1			
	Block 2			

On Snow Training

Schneetraining Samstag

Trainingsbeschreibung	Wöchentliches Freestyle-orientiertes On Snow Training während der Wintersaison. Buchbar für jede Könnstufe.
Betreuung	Während dem Training werden die Kinder von unseren Trainern trainiert und betreut. Das Benutzen des Skigebietes davor und danach erfolgt auf eigene Verantwortung. Teilnehmer der Tageskurse verbringen die Mittagspause gemeinsam im Hangar, Crap Sogn Gion. Für Verpflegung sorgt jeder Teilnehmer selbst.
Alter	Jahrgänge 2005 – 2017
Ausrüstung	Eigene Ski- oder Snowboard-Ausrüstung inkl. Helm
Trainingszeitraum	16.12.2023 – 06.04.2024 Dieses Training findet auch während Ferien und Feiertagen statt.
Trainingszeiten	vormittags, 09.30 – 12.00 Uhr ganztags, 09.30 – 15.00 Uhr
Treffpunkte/ -zeiten	Treffpunkte Morgen: 09.00 Uhr Sammelplatz LAAX School, Laax Murschetg 09.30 Uhr Sammelplatz LAAX School, Crap Sogn Gion Trainingsschluss Mittag (Vormittagsklassen): 12.00 Uhr Sammelplatz LAAX School, Crap Sogn Gion 12.30 Uhr Sammelplatz LAAX School, Laax Murschetg Trainingsschluss Nachmittag (Ganztagsklassen): 15.00 Uhr Sammelplatz LAAX School, Crap Sogn Gion 15.30 Uhr Sammelplatz LAAX School, Laax Murschetg Ab und zum Treffpunkt Sammelplatz Talstation LAAX ist die Berg- und Talfahrt vom Lehrer betreut. Eine selbstständige Talfahrt der Teilnehmer ist möglich und muss durch die Eltern bewilligt werden.
Trainingsort	Snowboard- und Skigebiet LAAX
Teilnahme	Eine regelmässige Teilnahme sehen wir als Selbstverständlichkeit. Speziell zu erwähnen sind trotzdem die TeilnehmerInnen mit tiefem Fahrniveau. Je tiefer das aktuelle Level, desto grösser die zu erwartenden Fortschritte in den ersten Trainings. Fehlen Kinder zu Beginn, sind diese Levelunterschiede beinahe nicht mehr zu kompensieren, gerade im Übungsgelände. Um diese fehlenden Lektionen aufzuarbeiten, braucht es dann oft Privatunterricht in der LAAX School. Dabei entstehen zusätzliche Kosten für die Eltern.

WEISSE ARENA GRUPPE

Erstes Training	<p>Zum ersten Schneetrainings vom 16. Dezember 2023 treffen sich ALLE Teilnehmer um 09.00 Uhr auf dem Sammelplatz der LAAX School in LAAX Murschetg.</p> <p>Für viele Teilnehmer wird es der erste Schneesitag der Wintersaison 2023/24 sein. Die Trainer werden angehalten vorsichtig zu starten.</p> <p>Geniesst den ersten Schneesitag, lernt eure Gruppe kennen und findet Vertrauen in euer Material. Seid geduldig mit euch und euren Gruppenkollegen. Am ersten Trainings-Samstag bekommen die TrainerInnen erstmalig die Chance die Teilnehmer ihrer Gruppe kennenzulernen.</p> <p>All die administrativen Vorarbeiten bei den Gruppenzuteilungen können nun auf dem Schnee kontrolliert werden.</p> <p>Zeigt bitte Geduld und Verständnis. Es ist nicht einfach 200 TeilnehmerInnen korrekt einzuteilen.</p> <p>Falls ihr nach dem 3. Training noch der Meinung seid, dass euer Kind in der falschen Gruppe eingeteilt ist, könnt ihr diese Bedenken und Wünsche gerne äussern.</p>
Klassenzugehörigkeit	<p>Die Gruppeneinteilung werden wir vor dem ersten Schneetraining auf unserem Microsoft Teams Kanal «MAD – Freestyle Academy MEMBERS» im Kanal «Schneetraining Samstag» veröffentlichen. Bitte merkt euch eure Gruppennummer. Jeden Samstag werden die TrainerInnen Tafeln mit den Gruppennummern hochhalten.</p> <p>Die Gruppe 1 trifft sich ganz links auf dem Sammelplatz (Höhe Nooba) jede höhere Gruppennummer positioniert sich der Reihe nach rechts davon.</p> <p>Die Klassen werden immer bei den entsprechenden Sammelplatztafeln gesammelt. Damit finden sich TeilnehmerInnen und TrainerInnen auch bei einem allfälligen Trainerwechsel.</p>
Kids LAAX Open	<p>Voraussichtlich Mitte März 2024 findet das Kids LAAX Open statt. Wir werden euch rechtzeitig informieren. Alle Members mit Schneetraining können bei der Anmeldung bereits angeben, ob sie Slopestyle, Halfpipe oder beides fahren möchten.</p>
Online-Anmeldung	<p>Anmeldeschluss ist der 19.11.2023.</p> <p>Das Training wird als Saisontraining gebucht. Ein späterer Einstieg ist auf Anfrage bis am 14.01.2024 möglich (anschliessend werden keine neuen Mitglieder mehr aufgenommen und es werden auch keine Schnuppertrainings mehr angeboten).</p>

WEISSE ARENA GRUPPE

Schneetraining Samstag halbtags

Alter	Jahrgänge 2005 - 2017
Trainingszeit	Samstag, 09.30 – 12.00 Uhr
Trainingsort / Treffpunkt	Rund um den Crap Sogn Gion. Berg- und Talfahrt gemäss Anmeldung.
Preis	CHF 383.-

Schneetraining Samstag ganztags

Alter	Jahrgänge 2005 - 2017
Trainingszeit	Samstag, 09.30 – 15.00 Uhr
Trainingsort / Treffpunkt	Rund um den Crap Sogn Gion. Berg- und Talfahrt gemäss Anmeldung.
Preis	CHF 842.-

Zusatzinformationen Material Freeski

Liebe Eltern

Mit dem richtigen Material macht euren Kindern Freeski doppelt Spass. Aus diesem Grund haben wir für euch einige Tipps zusammengestellt.

Unsere Freestyle Academy Mitglieder sind allesamt noch im Wachstum. Aus diesem Grund lohnt sich sorgfältiges abwägen zwischen Kaufen und Mieten. Wir empfehlen euch eine Materialmiete, denn sollte etwas nicht passen kann es einfach getauscht werden.

Eine Saisonmiete im LAAX RENTAL Flims oder Laax bringt zudem den grossen Vorteil, dass bei Defekten die Mietstation auf dem Crap Sogn Gion das Problem beheben kann.

Ski

Folgende Punkte sollten beachtet werden:

Ski	Beschrieb
Ski Typ	Freestyle
Grösse	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anfänger: Körpergrösse – 10 cm, 2. Fortgeschritten: Körpergrösse – 5 cm, 3. Experte: Körpergrösse
Vorspannung	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wahl: Camber 2. Wahl: Rocker
Shape	Twintip
Flex	Versuch einen eher weichen Ski zu bekommen.
Breite	Nicht breiter als 90mm in der Mitte

Bindung

Die Bindung für einen parklastigen Freestyleski sollte möglichst zentral auf dem Ski montiert werden.

Vorteile:

- Mehr Kontrolle beim Switch fahren und bei Switch Landungen
- Einfacher um zentral auf einer Box/Rail zu sliden
- Trägheitsmoment bei Spins in der Luft

Ski-Schuhe

Folgende Punkte sollten beachtet werden:

Ski-Schuhe	Beschrieb
Bewegungsfreiheit	kleinere Kinder sollten weiche Schuhe bevorzugen. Ansonsten ist die Bewegungsfreiheit eingeschränkt.
Socken	Unbedingt mit richtigen Wintersport-Socken anprobieren.
Genug Zeit	Achtet darauf, dass ihr euch genügend Zeit nehmt, um vor dem Kauf, mehrere Schuhe anzuprobieren. (Zu wenig Halt wirkt sich negativ auf die Kraftübertragung aus.)
Passende Schuhe	Kauft passende Schuhe. Nicht grösser kaufen damit sie zwei Saisons halten. Passgenau mieten ist besser. Achtet unbedingt auf die Schuhgrösse. Zu grosse Schuhe sind bequem, aber nicht funktionell.
Innensohle und Innenschuh	Zur Kontrolle der Grösse sollte die Innensohle herausgenommen werden. So kann der Fuss auf der Sohle platziert werden. Zur Kontrolle der Grösse sollte (nach Möglichkeit) der Innenschuh herausgenommen werden. Der weiche Innenschuh erlaubt ein abtasten der Zehenspitzen.
Test	- Mit durchgestreckten Beinen sollten die Zehen leicht berühren. Sobald die Knie gebeugt werden, darf kein Kontakt mehr bestehen. - Die Ferse darf im Innenschuh nicht oder nur ganz wenig angehoben werden können. Spätestens mit geschlossenem Schuh muss die Ferse absolut fixiert sein.

Ski-Stöcke

Beim Parkfahren werden eher kürzere Stöcke als "normal" bevorzugt. Sie kommen einem dabei weniger in die Quere.

Für die Berechnung der "normalen" Skistocklänge gilt die Formel: Körpergrösse in cm x 0,7. Für eure Parkstöcke könnt ihr dann gut nochmals 10 cm abziehen.

Wichtig: Bitte nehmt eure Stöcke immer ins Training mit! Der Trainer entscheidet, wann ihr sie braucht und wann nicht.

Zusatzinformationen Material Freestyle Snowboard

Liebe Eltern

Mit dem richtigen Material macht euren Kindern Snowboarden doppelt Spass. Aus diesem Grund haben wir für euch einige Tipps zusammengestellt.

Unsere Freestyle Academy Mitglieder sind allesamt noch im Wachstum. Aus diesem Grund lohnt sich sorgfältiges abwägen zwischen Kaufen und Mieten. Wir empfehlen euch eine Materialmiete, denn sollte etwas nicht passen kann es einfach getauscht werden.

Eine Saisonmiete im Burton Store Flims oder Laax bringt zudem den grossen Vorteil, dass bei Defekten die Mietstation auf dem Crap Sogn Gion das Problem beheben kann.

Snowboard

Folgende Punkte sollten beachtet werden:

Snowboard	Beschrieb
Board Typ	Freestyle oder All Mountain
Grösse	Ca. bis zum Kinn
Vorspannung	1. Wahl: Camber 2. Wahl: Rocker
Shape	Twin (Freestyle) oder Directional (eher all Mountain)
Flex	Versuch ein weiches Board zu bekommen
Breite	Schuhspitze und –ende sollten mindestens bis zu Kante reichen. Zu breite Snowboards sind schwer aufzukanten und kosten viel Kraft. Schuhspitze und –ende sollten nicht mehr als ca. 2cm über die Kante reichen. Ansonsten reicht der Schuh beim Aufkanten in den Schnee, was zum Sturz führt.

Bindung

Folgende Punkte sollten beachtet werden:



Highback darf nicht höher sein als der Snowboard-Schuh und auf keinen Fall nach hinten gebogen werden können.

Der Riststrap sollte angenehm weich und in der Mitte schmal sein (Bewegungsfreiheit Fussgelenk).

Highback braucht zwingend eine Vorlage-Verstell-Möglichkeit.

Bindungen sollten 2 Straps haben.

Ganz kleine Bindungen haben nur einen Strap.

Snowboard-Schuh sollte genau in die Bindung passen.

Snowboard-Schuhe

Folgende Punkte sollten beachtet werden:

Snowboard-Schuhe	Beschrieb
Bewegungsfreiheit	Kleinere Kinder sollten weiche Schuhe bevorzugen. Ansonsten ist die Bewegungsfreiheit eingeschränkt.
Socken	Unbedingt mit richtigen Wintersport-Socken anprobieren.
Gut geschnürt	Achtet darauf, dass die Schuhe gut geschnürt werden. Zu wenig Halt wirkt sich negativ auf die Kraftübertragung aus.
Passende Schuhe	Kauft passende Schuhe. Nicht grösser kaufen damit sie zwei Saisons halten. Passgenau mieten ist besser. Achtet unbedingt auf die Schuhgrösse. Zu grosse Schuhe sind bequem, aber nicht funktionell.
Innenschuh	Bevorzugt Schuhe mit herausnehmbaren Innenschuhen (einfacher zu trocknen, einfacher die Grösse zu kontrollieren und bessere Isolation). Zur Kontrolle der Grösse sollte (nach Möglichkeit) der Innenschuh herausgenommen werden. Der weiche Innenschuh erlaubt ein abtasten der Zehenspitzen.
Grösse	Zur Kontrolle der Grösse sollte die Innensohle herausgenommen werden. So kann der Fuss auf der Sohle platziert werden.
Test	<ul style="list-style-type: none"> - Mit durchgestreckten Beinen sollten die Zehen leicht berühren. Sobald die Knie gebeugt werden, darf kein Kontakt mehr bestehen. - Die Ferse darf im Innenschuh nicht oder nur ganz wenig angehoben werden können. Spätestens mit geschlossenem Bindungs-Strap muss die Ferse absolut fixiert sein. - Unbedingt Schuhe ohne und mit Bindung anprobieren.

Contestgruppe

Für Interessierte, welche an Contests mitfahren möchten, bieten wir ein vielfältiges Trainingsangebot.

Trainingsübersicht Freestyle Academy – Contest Schneesport

Monat / Tag	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31				
Montag Schneetraining Ski Mo Koord-Liön Mo (spät, Filines) Koord-Liön Mo (zu bestimmen)																																			
Dienstag Arco & Kraft Di Sonnentraining B&D																																			
Mittwoch Arco & Kraft Mi Schneetraining Ski/SSB Mi Woody Bugger Mi																																			
Donnerstag Woody Bugger Do																																			
Freitag Schneetraining Ski/SSB Fr (10 mal) Skiboard Fr																																			
Samstag Schneetraining Ski/SSB Sa Contest Trampoline Sa																																			
Sonntag Schneetraining SB So HP (8 mal) Schneetraining SB So SS (8 mal) Schneetraining Ski So SS (8 mal)																																			
Zusatz Cinque Schneesport Trainingsliga intensiv SBRSS Swiss Ski Powerfest Davos																																			
August 2023																																			
Camps / Intensiv / Contest																																			
Vormittag																																			
Früher Nachmittag																																			
später Nachmittag																																			
Abend																																			
September 2023																																			
Camps / Intensiv / Contest																																			
Vormittag																																			
Früher Nachmittag																																			
später Nachmittag																																			
Abend																																			
Oktober 2023																																			
Camps / Intensiv / Contest																																			
Vormittag																																			
Früher Nachmittag																																			
später Nachmittag																																			
Abend																																			
November 2023																																			
Camps / Intensiv / Contest																																			
Vormittag																																			
Früher Nachmittag																																			
später Nachmittag																																			
Abend																																			
Dezember 2023																																			
Camps / Intensiv / Contest																																			
Vormittag																																			
Früher Nachmittag																																			
später Nachmittag																																			
Abend																																			
Januar 2024																																			
Camps / Intensiv / Contest																																			
Vormittag																																			
Früher Nachmittag																																			
später Nachmittag																																			
Abend																																			
Februar 2024																																			
Camps / Intensiv / Contest																																			
Vormittag																																			
Früher Nachmittag																																			
später Nachmittag																																			
Abend																																			
März 2024																																			
Camps / Intensiv / Contest																																			
Vormittag																																			
Früher Nachmittag																																			
später Nachmittag																																			
Abend																																			
April 2024																																			
Camps / Intensiv / Contest																																			
Vormittag																																			
Früher Nachmittag																																			
später Nachmittag																																			
Abend																																			

Trainingsangebot Contestgruppe Schneesport

- Koordination Training (Schwerpunkt Koordination & Kondition)
- Schneetrainings
- Akrobatik Trainings
- Woolly Bugger
- Skateboard Trainings
- Trampolin Trainings
- Sommercamp
- Kurzcamps
- Herbstcamps
- Intensiv Trainingstage
- Individuelle Trainingsmöglichkeiten
- Contestbetreuung

Athletenweg der Freestyle Academy - Schneesport

FSA BEZEICHNUNG	Cruiser	Starter	Sportster	Contender	Performer	Rookie	Challenger	Pro	NM	NM	
Tätigkeitsfeld	Freestyle Academy	Freestyle Academy Stützpunkt				nur mit individuellen Absprachen					
Swiss Ski	Mitgliedschaft obligatorisch (für die Athleten, den Athleten, plus einen Elternteil)										
FSA Club	Mitgliedschaft obligatorisch (für die Athleten, den Athleten, plus einen Elternteil)										
CHARAKTERISIERUNG	PURE FREUDE	LEBENSCHAFTSSPORT				LEBENSCHAFTSSPORT					
Kurzerklärung	Cruiser bezeichnet unseren klassischen Breitensport. Jedes Mitglied kann sich aus dem Angebot seine Trainings aussuchen.	Starter bezeichnet den Einstieg in den Wettkampf. (Auch für Mitglieder, welche ohne Athletenweg Contests fahren wollen.)	Ab Stufe Sportster begeben sie sich auf den offiziellen Athletenweg von Swiss Ski. Ein klares Commitment zum Wettkampfsport wird ab dieser Stufe wichtiger. Athletinnen, welche Sport und Schule (z.B. an einer Talentschule) kombinieren wollen, streben fokussiert Richtung Contender/Performer.								
Commitment	zur Trainingsteilnahme	zu Training und gelegentlichen Wettkämpfen	zur eindeutigen Leistungsbereitschaft in Trainings und Wettkämpfen								
Trainingsstunden	keine Vorgaben	mind. 150h/Jahr	mind. 300h/Jahr	mind. 450h/Jahr	mind. 600h/Jahr						
Anforderungen	keine Vorgaben	Level 2 SFA Ski/SB bestanden	gemäss Selektion								
Trainingswahl	Keine Vorgaben. Alle Trainings mit der Kategorisierung "Cruiser" und in der entsprechenden Alterskategorie können frei ausgewählt werden.	Mit der getroffenen Auswahl muss das Stundensoll erreicht werden können. Alle Angebote pro FTM Stufe können frei gewählt werden. Talentschüler müssen auch die Stundenvorgaben des Kantons erfüllen. Einige Trainings werden durch die Freestyle Academy selektioniert.									
Schule/Absenzen	keine Empfehlung	zusätzliche Absenztage sinnvoll	schulische Lösung empfohlen	schulische Lösung nötig	schulische Lösung nötig						
WETTKAMPF	POLYBOARD					SPECIALIZED					
Wettkampfstufe		Lokal Regional	Regional National C National B	Regional National C National B	National B National A Europa Cup						
Wettkämpfe	In Kombination mit dem Schneetraining Kids LAAX Open Ski/SB (freiwillig)	beginnend mit Contests aus der interregionalen Eastside Tour, zunehmende Teilnahme an den nationalen Touren, mit dem Ziel vermehrt internationale Luft schnupfern zu können.									
Selektionsmassnahmen für die nächsthöhere Kaderstufe	keine	PSTE inkl. TOU (nur bei weiterem Athletenweg)	PSTE inkl. TOU & Powertest	PSTE inkl. TOU & Powertest	PSTE inkl. TOU, Powertest & Wettkampf-Resultate						

STRUKTUR FREESTYLE ACADEMY SCHNEESPORT

WEISSE ARENA GRUPPE

Trainingsangebot Contestgruppe Skateboard

- Koordination Training (Schwerpunkt Koordination & Kondition)
- Skateboard Trainings
- Woolly Bugger
- Kurzcamp
- Sommercamp
- Individuelle Trainingsmöglichkeiten
- Contestbetreuung

Athletenweg der Freestyle Academy - Skateboard

FSA BEZEICHNUNG	Cruiser	Starter	Sportster	Contender	Performer	Rookie	Challenger	Pro	NM	NM	
Tätigkeitsfeld	Freestyle Academy	Freestyle Academy Stützpunkt				nur mit individuellen Absprachen					
Swiss Skateboard	Mitgliedschaft obligatorisch (für die Athleten, den Athleten, plus einen Elternteil)										
FSA Club	Mitgliedschaft obligatorisch (für die Athleten, den Athleten, plus einen Elternteil)										
CHARAKTERISIERUNG	PURE FREUDE	LEBENSCHAFTSSPORT				LEBENSCHAFTSSPORT					
Kurzerklärung	Cruiser bezeichnet unseren klassischen Breitensport. Jedes Mitglied kann sich aus dem Angebot seine Trainings aussuchen.	Starter bezeichnet den Einstieg in den Wettkampf. (Auch für Mitglieder, welche ohne Athletenweg Contests fahren wollen.)	Ab Stufe Sportster begeben sich auf den offiziellen Athletenweg von Swiss Skateboard. Ein klares Commitment zum Wettkampfsport wird ab dieser Stufe wichtig. AthletInnen, welche Sport und Schule (z.B. in einer Talentschule) kombinieren wollen, streben fokussiert Richtung Contender/Performer.								
Commitment	zur Trainingsteilnahme	zu Training und gelegentlichen Wettkämpfen	zur eindeutigen Leistungsbereitschaft in Trainings und Wettkämpfen								
Trainingsstunden	keine Vorgaben	mind. 130h/Jahr	mind. 260h/Jahr	mind. 380h/Jahr	mind. 380h/Jahr						
Trainingswahl	Keine Vorgaben. Alle Trainings mit der Kategorisierung "Cruiser" und in der entsprechenden Alterskategorie können frei ausgewählt werden.	Mit der getroffenen Auswahl muss das Stundensoll erreicht werden können. Alle Angebote pro FTEM Stufe können freigeählt werden. Talentschüler müssen auch die Stundenvorgaben des Kantons erfüllen. Einige Trainings werden durch die Freestyle Academy selektioniert.									
Schule/Absenzen	keine Empfehlung	zusätzliche Absenztage sinnvoll	schulische Lösung empfohlen	schulische Lösung nötig	schulische Lösung nötig						
WETTKAMPF	POLYBOARDIV					SPECIALIZED					
Wettkampfstufe		Swiss Cup, SM, lokale Contests	Swiss Cup, SM, lokale Contests	Swiss Cup, SM, lokale Contests	Swiss Cup, SM, lokale Contests						
Selektionsmassnahmen für die nächsthöhere Kaderstufe	keine		PSTE	PSTE	PSTE						

Interesse? Melde dich bei freestyleacademy@laax.com für mehr Informationen.