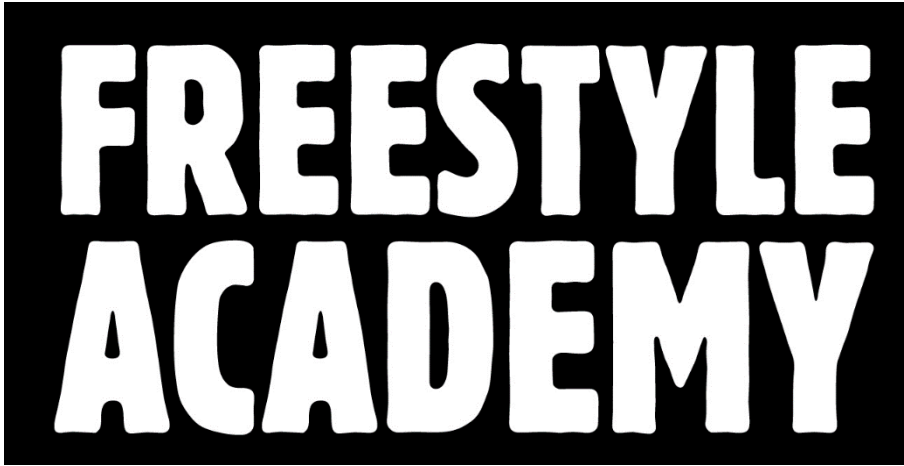


WEISSE ARENA GRUPPE



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

**Produktekatalog**

**Contestgruppe 2023/ 2024**

## Inhalt

Allgemeine Informationen .....	4
Ehrenkodex.....	6
Trainingsübersicht Contestgruppe Schneesport.....	7
Athletenweg der Freestyle Academy – Struktur Swiss-Ski.....	7
Athletenweg der Freestyle Academy – Schneesport .....	9
Trainingsüberblick Schneesport Off Snow (Mai – November).....	10
Trainingsüberblick Schneesport On Snow (Dezember – April).....	11
Trainingsüberblick Schneesport Camps .....	12
Trainingsüberblick Schneesport Contests, wichtige Termine .....	13
Trainingsstunden Schneesport Contest.....	14
Trainingsstunden Schneesport Camps .....	15
Trainingsangebot Contestgruppe Schneesport.....	16
Schneetraining Freeski Montag.....	16
Koord-Ition Montag (spielerische Fitness).....	16
Koord-Ition Montag (spielerische Fitness oder Athletik) .....	17
Akro & Kraft Dienstag .....	17
Schneetraining Snowboard Dienstag.....	18
Akro & Kraft Mittwoch .....	18
Schneetraining Ski/Snowboard Mittwoch Vormittag .....	19
Schneetraining Ski/Snowboard Mittwoch Nachmittag .....	19
Woolly Bugger Mittwoch 1 .....	20
Woolly Bugger Mittwoch 2.....	21
Woolly Bugger Donnerstag.....	22
Grundstruktur des Woolly Bugger Trainings.....	23
Planung Woolly Bugger Training Mittwoch 1   16.15 Uhr – 18.15 Uhr.....	24
Planung Woolly Bugger Training Mittwoch 2   18.30 Uhr – 20.30 Uhr.....	26
Planung Woolly Bugger Training Donnerstag   18.00 Uhr – 20.00 Uhr .....	28
Schneetraining Ski/Snowboard Freitag.....	30
Skateboard Freitag.....	31
Planung Skate Training, Sommer 2023/ 2024.....	32
Planung Skate Training Freitag, Winter Saison 2023/24 .....	33
Trampolin Samstag .....	35
Schneetraining Ski/Snowboard Samstag Contestgruppe.....	35
Schneetraining Snowboard Sonntag Halfpipe .....	36
Schneetraining Snowboard Sonntag Slopestyle.....	37
Schneetraining Ski Sonntag Slopestyle.....	38

## WEISSE ARENA GRUPPE

Kurzcamps Contestgruppe Schneesport.....	38
Sommercamp Contestgruppe Schneesport .....	39
Herbstcamp Contestgruppe Schneesport .....	39
Trainingstage intensiv Contestgruppe Schneesport .....	40
Individuelle Trainingsmöglichkeiten.....	40
Contestbetreuung .....	41
Trainingsübersicht Contestgruppe Skateboard.....	42
Athletenweg der Freestyle Academy Skateboard .....	42
Trainingsüberblick Skateboard .....	44
Trainingsüberblick Skateboard Camps und wichtige Termine .....	45
Trainingsstunden Skateboard.....	46
Trainingsangebot Contestgruppe Skateboard .....	47
Skate & Kraft Training Montag oder Donnerstag .....	47
Koord-Ition Montag (spielerische Fitness).....	47
Koord-Ition Montag (spielerische Fitness oder Athletik) .....	48
Skate & Kraft Training Dienstag.....	49
Skate & Kraft Training Mittwoch.....	49
Woolly Bugger Mittwoch 1 .....	50
Woolly Bugger Mittwoch 2.....	51
Woolly Bugger Donnerstag.....	52
Skateboard Freitag.....	53
Skateboard Samstag.....	54
Kurzcamps Contestgruppe.....	54
Sommercamp Skateboard LAAX.....	55
Trainingstag intensiv .....	55
Individuelle Trainingsmöglichkeiten.....	56
Contestbetreuung .....	57

## Allgemeine Informationen

Grundvoraussetzung	Gewillt zunehmend an Contests mitzufahren.
Alter	Sofern nicht anders vermerkt ist die Teilnahme für Kinder und Jugendliche mit den Jahrgängen 2005 bis 2015 möglich. Ausnahmeregelungen müssen besprochen werden.
Teilnahme	Eine regelmässige Teilnahme an den Trainings, Camps, Intensivtagen und Contests ist unbedingt erforderlich.
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.
Club Mitgliedschaft	Eine Mitgliedschaft im Freestyle Academy Club ist für jede/n TeilnehmerIn sowie einen Elternteil wird automatisch erforderlich.
NEU: Freestyle Academy Zürich	Im Frühjahr 2023 wird die Freestyle Academy LAAX mit Iceripper Snowboard & Skateboard eine vertiefte Kooperation eingehen. Der Iceripper Club bleibt bestehen, tritt aber unter dem Namen Freestyle Academy Zürich auf. Interessierte Freestyle Academy LAAX Mitglieder können Off-Snow-Trainings über Freestyle Academy Zürich (Iceripper Club) buchen und weiterhin die On-Snow-Trainings mit LAAX absolvieren.
Mindestanforderungen Contestgruppe Schneesport	Snowboard Freestyle Academy Level 2 bestanden. Ski Freestyle Academy Level 2 bestanden.
Mindestanforderungen Contestgruppe Skateboard	Freestyle Academy Foundation 2 bestanden.
Unterstützung durch Eltern	Die volle Unterstützung der Eltern ist für die Entwicklung der AthletInnen von grösster Bedeutung.
Anmeldung Contestangebote	Die Anmeldung ist vom 13.03.-02.04.2023 möglich. Trainingsangebote der Freestyle Academy Zürich werden ausschliesslich über Iceripper gebucht. Es gilt ihre Anmeldefrist.
Trainingsjahr	Unser Trainingsjahr dauert jeweils von Mai bis April.
Trainingsstunden	Jede Kaderstufe hat ein vorgegebenes Mindest-Stundensoll pro Trainingsjahr. Eine entsprechende Übersicht findet ihr unter «Athletenweg der Freestyle Academy» in diesem Produktkatalog.

## WEISSE ARENA GRUPPE

	<p>Die Produkte können frei gewählt werden.</p> <p>Die Trainer helfen gerne bei einer sinnvollen Trainingsauswahl.</p> <p>Kandidaten für eine Talentschule im Kanton Graubünden müssen in den 6 Monaten vor Prüfungsanmeldung mindestens 10 betreute Trainingsstunden pro Woche nachweisen können.</p>
Liffticket	<p>Kann zum Vorzugspreis nur in Kombination mit unserem Angebot Schneetraining gebucht werden;</p> <p>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.</p>
Abonnement Freestyle Academy	<p>Kann zum Vorzugspreis nur in Kombination mit einem Off oder On Snow-Training gebucht werden;</p> <p>Gültig ab 01.05.2023 bis Ende April 2024</p>
Microsoft Teams	<p>Die gesamte Kommunikation wird über unseren Microsoft Teams Kanal 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><b>Einige Kanäle im Überblick</b></p> <p><b>Allgemein:</b> Hier veröffentlichen wir allgemeine Informationen zu unserem Trainingsbetrieb.</p> <p><b>1. Chat:</b> Diesen Kanal stellen wir zur allgemeinen Kommunikation untereinander zur Verfügung.</p> <p><b>2. Abmeldungen:</b> Seid ihr verhindert und könnt an einem Training nicht teilnehmen, teilt uns dies bitte auf diesem Kanal mit.</p>

	<p><b>Bedenkt:</b> Alle Trainer und das Verkaufspersonal können eure Abmeldungen ebenfalls sehen. Ihr kommuniziert direkt und verhindert damit Wartezeiten und Suchaktionen.</p> <p><b>Weitere Kanäle:</b> In allen weiteren Kanälen findet ihr spezifische Informationen zu diesen Trainingseinheiten. Wir empfehlen euch jene Trainings-Kanäle zu abonnieren, welche ihr gebucht habt.</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.



# Athletenweg der Freestyle Academy – Struktur Swiss-Ski

FEM	FOUNDATION						TALENT					ELITE			MASTERY
	F1	F2	F3	F4	F5	F6	T1	T2	T3	T4	U	E1	E2	M	
Phasen / Übergänge															
Bezeichnung	Erwerben und festigen	Anwenden und variieren	Gelegentlich Wettkampfbewerben	Engagement und Wettkämpfe	Potenzial zeigen	Potenzial bestätigen	Trainieren und Ziele erreichen	Durchziehen und Durchbruch	Übergang zur Elite	Die Schweiz international repräsentieren	International Erfolg haben			Denkmal der Sportart	
<b>STADIEN</b>	NON-ELITE						PRE-ELITE			ELITE					
Kaderstufen	Mini-Shred	Mini-Shred	Mini-Shred	Slater	Sportler	Contender	Performer	Rookie	Challenger	Pro	NM	NM	NM		
Swiss Olympic Cards Swiss Olympic Talent Cards	Keine	Keine	Keine	Keine	Lokal	Regional	Regional National	National	National Elite Bronze	Elite Bronze, Silber, Gold	Elite Bronze, Silber, Gold	Elite Bronze, Silber, Gold	Elite Bronze, Silber, Gold		
<b>TRAININGSKONTROLLEN</b>	NON-ELITE						PRE-ELITE			ELITE					
Leistungsstest/Athletik	Keine	Keine	Keine	Powertest 1* im Herbst empfohlen	Powertest 1* im Herbst	Powertest 1* im Herbst	Powertest 1* im Herbst 1* im Frühling	Powertest 1* im Herbst 1* im Frühling	Powertest 1* im Herbst und MLD Test	MLD Test	MLD Test	MLD Test	MLD Test		
Technik Check-up	Keine	Keine	Keine	Keine	Off-Snow On-Snow	Off-Snow On-Snow	Off-Snow On-Snow	Off-Snow On-Snow	Keine	Keine	Keine	Keine	Keine		

STRUKTUR SWISS SKI



# Athletenweg der Freestyle Academy – Schneesport

FSA BEZEICHNUNG		Cruiser	Starter	Sportler	Contender	Performer	Rookie	Challenger	Pro	MM	MM		
Tätigkeitsfeld		Freestyle Academy Stützpunkt											
Swiss Ski		Freestyle Academy Stützpunkt											
FSA Club		Freestyle Academy Stützpunkt											
CHARAKTERISIERUNG		LEISTUNGSSPORT											
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 w.ollen.)	Ab Stufe Sportler begehrt ihr euch 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 w.ollen, sträben 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 SK/SSB 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 FEM 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											
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 SKISF (freiwillig)	beginnt mit Contests aus der interregionalen Eastside Tour, zunehmende Teilnahmen an den nationalen Touren, mit dem Ziel vermehrt internationale Luft schnuppern zu können.										
Selektionsmassnahmen für die nächsthöhere Kadestufe		keine	PSIE inkl. TCU (nur bei w. anderem Athletenweg)	PSIE inkl. TCU & Powertest	PSIE inkl. TCU & Powertest	PSIE inkl. TCJ, Powertest & Wettkampf-Resultate							

STRUKTUR FREESTYLE ACADEMY SCHNEESPORT

# Trainingsüberblick Schneesport Off Snow (Mai – November)

Schneesport	Off-Snow Saison (Mai bis November)	Cruiser	keine Vorgaben	Starter	Freitag	Samstag	Sonntag
	mind. 150h/Trainingsjahr	mind. 300h/Trainingsjahr	mind. 450h/Trainingsjahr	mind. 300h/Trainingsjahr	mind. 600h/Trainingsjahr		
Infrastruktur / Training	<p>08.30 - 10.00 Uhr Kids Training Mini Jahrgang: 2019 Start: Mai 2023 Cruiser</p> <p>15.00 - 14.30 Uhr Kids Training Maxi Jahrgang: (2017) 2018 Start: Mai 2023 Cruiser</p>	<p>08.30 - 10.00 Uhr Kids Training Mini/Mini Jahrgang: 2021 Start: August 2023 Cruiser</p>	<p>08.30 - 10.00 Uhr Kids Training Mini/Mini Jahrgang: 2020 (2021) Start: Mai 2023 Cruiser</p>	<p>08.30 - 10.00 Uhr Kids Training Mini/Mini Jahrgang: 2005 - 2010 Start: August 2023 Cruiser Starter Sponsorster Contender Performer</p>	<p>09.00 - 11.30 Uhr Trampolin Start: August 2023 Sportsster Contender Performer</p>		
Kids Academy Films							
Freestyle Academy Circus			<p>13.30 - 15.30 Uhr Akro &amp; Kraft Start: Juni 2023 Starter Sportsster Contender Performer</p> <p>16.15 - 18.15 Uhr Woolly Bugger (Polypsp.) Jahrgang: 2015 - 2017 Start: August 2023 Cruiser Starter Sportsster</p> <p>18.30 - 20.30 Uhr Woolly Bugger (Polypsp.) Jahrgang: 2011 - 2014 Start: August 2023 Cruiser Starter Sportsster</p>	<p>18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polypsp.) Start: August 2023 Cruiser Starter Sponsorster Contender Performer</p>	<p>09.00 - 11.30 Uhr Akro &amp; Kraft Start: Mai 2023 Sportsster Contender Performer</p>	<p>09.00 - 11.30 Uhr Trampolin Start: August 2023 Sportsster Contender Performer</p>	
Freestyle Academy Circus, Betongarten Chur					<p>18.00 - 20.00 Uhr Skateboard Jahrgang: 2005 - 2015 Start: Mai 2023 Cruiser Starter Sportsster Contender Performer</p>		
Turnhalle Falera	<p>17.30 - 19.00 Uhr Koordination (spielerische Fitness) Dauer: Mai - Sommerferien Sportsster Contender Performer</p>						
Turnhalle Falera, Riders Hotel (zu bestimmen)	<p>17.30 - 19.00 Uhr Koordination (spielerische Fitness) oder Koordination (Athletik) Start: August 2023 Sportsster Contender Performer</p>						
Vorab Gletscher, Cap Sogn Glen						<p>09.30 - 15.00 Uhr Schnee-Training/Ski/SB Contest Start: mit Gletscheröffnung Starter Sportsster Contender Performer</p>	

# Trainingsüberblick Schneesport On Snow (Dezember – April)

Schneesport	On-Snow Saison (Dezember bis April)					Freitag		Samstag		Sonntag	
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Freitag	Samstag	Samstag	Sonntag	Sonntag	Sonntag
Infrastruktur / Training	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Midi) Jahrgang: 2019 Cruiser	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Mini) Jahrgang: 2020 Cruiser	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Mini) Jahrgang: 2020 Cruiser	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Mini Mini) Jahrgang: 2021 Cruiser	18.00 - 20.00 Uhr Skateboard Jahrgang: 2005 - 2015 Cruiser Starter Sportster Contender Performer	18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Jahrgang: 2005 - 2015 Cruiser Starter Sportster Contender Performer	18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Jahrgang: 2005 - 2010 Cruiser Starter Sportster Contender Performer	18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Jahrgang: 2015 - 2017 Cruiser Starter Sportster Contender Performer	18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Jahrgang: 2011 - 2014 Cruiser Starter Sportster	18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Jahrgang: 2015 - 2017 Cruiser Starter Sportster Contender Performer	18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Jahrgang: 2011 - 2014 Cruiser Starter Sportster
Kids Academy Films	13.00 - 14.30 Uhr Kids Training (Waki) Jahrgang: 2018 Cruiser										
Freestyle Academy Circus											
Turmhalle Falera, Riders Hotel	17.30 - 19.00 Uhr Koordination (Spielerische Fitness) oder Koordination (Athletik) Sportster Contender Performer										
Crap Sogn Glon	09.00 - 11.30 Uhr Schneetraining SB Start: Dezember 2023 Sportster Contender Performer	09.00 - 11.30 Uhr Schneetraining SB Start: Dezember 2023 Sportster Contender Performer	10.00 - 12.30 Uhr Schneetraining SKI/SB Start: Dezember 2023 Sportster Contender Performer	10.00 - 12.30 Uhr Schneetraining SKI/SB Start: Dezember 2023 Sportster Contender Performer	13.30 - 15.30 Uhr Schneetraining SKI/SB Start: Dezember 2023 Starter Sportster Contender Performer	13.30 - 15.30 Uhr Schneetraining SKI/SB Start: Dezember 2023 Starter Sportster Contender Performer	09.30 - 15.00 Uhr Schneetraining SKI/SB Start: 16.12.2023 Sportster Contender Performer	09.30 - 15.00 Uhr Schneetraining SKI/SB Start: 16.12.2023 Sportster Contender Performer	09.30 - 15.00 Uhr Schneetraining SKI/SB Start: 16.12.2023 Sportster Contender Performer	09.30 - 15.00 Uhr Schneetraining SB HP (8 Tage über die Saison) Sportster Contender Performer	09.30 - 15.00 Uhr Schneetraining SB SS (8 Tage über die Saison) Sportster Contender Performer

# Trainingsüberblick Schneesport Camps

Schneesport Kurzcamp	mind. 150h/Trainingsjahr		mind. 450h/Trainingsjahr		
	Starter	Sportster	Contender	Performer	
Name / Location		Datum	Anzahl Tage	Trainingsart	Programm
Kurzcamp Teambildung Laax (inkl. Club GV)		06.05. - 07.05.2023	2 Tage	Divers	Starter Sportster Contender Performer
Kurzcamp Bangerpark		27.05. - 29.05.2023	3 Tage	Landing Bag	Starter Sportster Contender Performer
Kurzcamp Bangerpark		17.06. - 18.06.2023	2 Tage	Landing Bag	Starter Sportster Contender Performer
Kurzcamp Bangerpark		25.08. - 27.08.2023	3 Tage	Landing Bag	Starter Sportster Contender Performer
Kurzcamp Halfpipe Saas Fee		21.09. - 24.09.2023	4 Tage	Halfpipe	Starter Sportster Contender Performer
Kurzcamp Hintertux oder Bangerpark		27.10. - 29.10.2023	3 Tage	On-Snow oder Landing Bag	Starter Sportster Contender Performer
<b>Camps</b>					
Name / Location		Datum	Anzahl Tage	Trainingsart	Programm
Sommercamp Leysin und Zermatt		06.08. - 11.08.2023	6 Tage	On-Snow & Landing Bag	Sportster Contender Performer <small>mind. 1 Kurzcamp im Bangerpark ist Pflicht (Medium Kicker muss beherrscht werden)</small>
Herbstcamp Hintertux		08.10. - 13.10.2023	6 Tage	On-Snow	Starter Sportster Contender Performer
<b>Intensivtage (ohne Übernachtungen)</b>					
Name / Location		Datum	Anzahl Tage	Trainingsart	Programm
Intensivtage Neujahrswoche Laax		01.01. - 05.01.2024	5 Tage	On-Snow	Starter Sportster Contender Performer
Intensivtage Sportferien Laax		26.02. - 01.03.2024	5 Tage	On-Snow	Starter Sportster Contender Performer

# Trainingsüberblick Schneesport Contests, wichtige Termine

Schneesport wichtige Termine		mind. 150h/Trainingsjahr		mind. 450h/Trainingsjahr	
		mind. 300h/Trainingsjahr		mind. 600h/Trainingsjahr	
Name / Location	Datum	Anzahl Tage	Trainingsart	Programme	Programme
GV Freestyle Academy Club	06.05.2023	1 Tag	Meeting		
Swiss Ski Powertest Davos	17.09.2023	1 Tag	Konditionstest	Starter (empfohlen) Sportster (oblig.) Contender (oblig.) Performer (oblig.)	
<b>Contests</b>					
Name / Location	Datum	Anzahl Tage	Typ	Programme	Programme
Snake Run, Wildhaus	Januar	1 Tag	REG	Starter Sportster Contender Performer	
Slopestyle, Wildhaus	Januar	1 Tag	REG	Starter Sportster Contender Performer	
Slopestyle, ev. Halfpipe, Davos	Februar	2-3 Tage	NC	Sportster Contender Performer	
Banked Slalom, Laax	März	1 Tag		Starter Sportster Contender Performer	
Kids LAAX Open, Laax	März	2 Tage	NC	Cruiser Starter Sportster Contender Performer	
JSM und SM Halfpipe, Laax	März	1-2 Tage	NB / NA	Sportster Contender Performer	
JSM und SM Slopestyle, Convalsch	April	2-4 Tage	NC / NA	Sportster Contender Performer	

# Trainingsstunden Schneesport Contest

Schneesport Contest Trainings		Anzahl Trainings		Trainingsstunden total		Programm	
Tag	Zeitraum	Name	Anzahl Trainings	Trainingsstunden total	Programm	Contender	Performer
Montag	Mai - Sommerferien	Koord-ition Montag, 17.30 - 19.00 Uhr (Spiele-ische Fitness)	8 Trainings	12,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
	August - April	Koord-ition Montag, 17.30 - 19.00 Uhr (Spiele-ische Fitness/Athletik)	29 Trainings	43,5 Stunden	Sportster	Contender	Performer
Dienstag	Dezember - April	Schneetraining Ski Montag, 09.00 - 11.30 Uhr	15 Trainings	37,5 Stunden	Sportster	Contender	Performer
	Mai - November	Akro & Kraft Dienstag, 09.00 - 11.30 Uhr	23 Trainings	57,5 Stunden	Sportster	Contender	Performer
Mittwoch	Dezember - April	Schneetraining SB Dienstag, 09.00 - 11.30 Uhr	16 Trainings	40,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
	Juni - November	Akro & Kraft Mittwoch, 13.30 - 15.30 Uhr	18 Trainings	36,0 Stunden	Starter	Contender	Performer
Donnerstag	Dezember - April	Schneetraining Ski/SB Mittwoch, 10.00 - 12.30 Uhr	16 Trainings	40,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
	Dezember - April	Schneetraining Ski/SB Mittwoch, 13.30 - 15.30 Uhr	16 Trainings	32,0 Stunden	Starter	Contender	Performer
Freitag	August - April	Woolly Bugger Mittwoch, 16.15 - 18.15 Uhr Jahrgänge: 2015 - 2017	30 Trainings	60,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
	August - April	Woolly Bugger Mittwoch, 18.30 - 20.30 Uhr Jahrgänge: 2011 - 2014	30 Trainings	60,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
Samstag	August - April	Woolly Bugger Donnerstag, 18.00 - 20.00 Uhr	30 Trainings	60,0 Stunden	Starter	Contender	Performer
	Dezember - April	Schneetraining Ski/SB Freitag, 09.30 - 15.00 Uhr	10 Trainings	50,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
Sonntag	Mai - April	Skateboard Freitag, 18.00 - 20.00 Uhr	37 Trainings	74,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
	August - Gletscheröffnung	Trampolin Samstag, 09.00 - 11.30 Uhr	12 Trainings	30,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
Sonntag	Gletscheröffnung - Saisonende	Schneetraining Ski/SB Samstag Contest, 09.30 - 15.00 Uhr	max. 24 Trainings	max. 120,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
	Öffnung Medium Park - Saisonende	Schneetraining Ski Sonntag Slopestyle, 09.30 - 15.00 Uhr	8 Trainings	40,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
Sonntag	Öffnung Medium Park - Saisonende	Schneetraining SB Sonntag Slopestyle, 09.30 - 15.00 Uhr	8 Trainings	40,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer
	Öffnung Halfpipe - Saisonende	Schneetraining SB Sonntag Halfpipe, 09.30 - 15.00 Uhr	8 Trainings	40,0 Stunden	Sportster	Contender	Performer

# Trainingsstunden Schneesport Camps

Schneesport Contest		min. 150h/Trainingsjahr		min. 450h/Trainingsjahr	
Kurzcamp		Starter	Sportster	Contender	Performer
		min. 300h/Trainingsjahr		min. 600h/Trainingsjahr	
Datum	Name / Location	Anzahl Tage	Trainingsstunden total	Programm	
06.05. - 07.05.2023	Kurzcamp Teambildung Laax (inkl. Club GV)	2 Tage	10.0 Stunden	Starter	Contender
27.05. - 29.05.2023	Kurzcamp Bangerpark	3 Tage	15.0 Stunden	Sportster	Performer
17.06. - 18.06.2023	Kurzcamp Bangerpark	2 Tage	10.0 Stunden	Starter	Contender
25.08. - 27.08.2023	Kurzcamp Bangerpark	3 Tage	15.0 Stunden	Sportster	Performer
21.09. - 24.09.2023	Kurzcamp Halfpipe Saas Fee	4 Tage	20.0 Stunden	Starter	Contender
27.10. - 29.10.2023	Kurzcamp Hintertux oder Bangerpark	3 Tage	15.0 Stunden	Sportster	Performer
<b>Camps</b>					
Datum	Name / Location	Anzahl Tage	Trainingsstunden total	Programm	
06.08. - 11.08.2023	Sommercamp Leysin und Zermatt	6 Tage	25.0 Stunden	Sportster	Contender
08.10. - 13.10.2023	Herbstcamp Hintertux	6 Tage	25.0 Stunden	Starter	Performer
<b>Intensivtage (ohne Übernachtungen)</b>					
Datum	Name / Location	Anzahl Tage	Trainingsstunden total	Programm	
01.01. - 05.01.2024	Intensivtage Neujahrswoche Laax	5 Tage	25.0 Stunden	Sportster	Contender
26.02. - 01.03.2024	Intensivtage Sportferien Laax	5 Tage	25.0 Stunden	Sportster	Performer

## Trainingsangebot Contestgruppe Schneesport

### Schneetraining Freeski Montag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Über den Angebotszeitraum bieten wir euch ein regelmässiges Skitraining für Wettkampf-Orientierte Athleten an.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Ski Ausrüstung inkl. Helm
<b>Trainingszeitraum</b>	04.12.2023 – 08.04.2024 15 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Montag, 09.00 – 11.30 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Training startet und endet auf dem Crap Sogn Gion Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 338.-

### Koordination Montag (spielerische Fitness)

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Ein Mix aus einem koordinativ und konditionell ausgerichtetes Off-Snow Training. Schwerpunkte werden in diesem Training die konditionellen Aspekte (Athletik) sein, welche in verschiedenen Spielformen verpackt werden.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Yogamatte Skateboard Turntätteli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken Hallenturnschuhe
<b>Trainingszeitraum</b>	01.05.2023 – 26.06.2023 8 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Montag, 17.30 – 19.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Das Training findet in der Turnhalle von Falera statt. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 108.-



### Koord-Ition Montag (spielerische Fitness oder Athletik)

<b>Trainingsbeschrieb</b>	Ein Mix aus einem koordinativ und konditionell ausgerichtetes Off-Snow Training. Schwerpunkte werden in diesem Training die konditionellen Aspekte (Athletik) sein.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Perfomer
<b>Ausrüstung</b>	Yogamatte Skateboard Turntätteli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken Hallenturnschuhe
<b>Trainingszeitraum</b>	14.08.2023 – 08.04.2024 29 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Montag, 17.30 – 19.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Der Trainingsort ist noch nicht definiert. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 392.-

### Akro & Kraft Dienstag

<b>Trainingsbeschrieb</b>	Ein Training mit einer konditionellen Einheit und einem Mix aus verschiedenen koordinativen Inhalten. Der Schwerpunkt liegt im Bereich Akrobatik auf dem Airtrack und Trampolin.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Turnsachen Turntätteli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken
<b>Trainingszeitraum</b>	02.05.2023 – 28.11.2023 23 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Dienstag, 09.00 – 11.30 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Freestyle Academy Circus Flims. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 518.-

### Schneetraining Snowboard Dienstag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches Schneetraining am Dienstagvormittag während der Wintersaison.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Snowboardausrüstung inkl. Helm
<b>Trainingszeitraum</b>	05.12.2023 – 09.04.2024 16 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Dienstag, 09.00 – 11.30 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Training startet und endet auf dem Crap Sogn Gion. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 360.-

### Akro & Kraft Mittwoch

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Ein Training mit einer konditionellen Einheit und einem Mix aus verschiedenen koordinativen Inhalten. Der Schwerpunkt liegt im Bereich Akrobatik auf dem Airtrack und Trampolin.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Turnsachen Turntäppeli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken
<b>Trainingszeitraum</b>	07.06.2023 – 29.11.2023 18 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Mittwoch, 13.30 – 15.30 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Freestyle Academy Circus Flims. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 324.-

### Schneetraining Ski/Snowboard Mittwoch Vormittag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches On Snow Training während der Wintersaison.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Ski oder Snowboardausrüstung inkl. Helm
<b>Trainingszeitraum</b>	06.12.2023 – 10.04.2024 16 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Mittwoch, 10.00 – 12.30 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Training startet und endet auf dem Crap Sogn Gion. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 360.-

### Schneetraining Ski/Snowboard Mittwoch Nachmittag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches On Snow Training während der Wintersaison.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Ski oder Snowboardausrüstung inkl. Helm
<b>Trainingszeitraum</b>	06.12.2023 – 10.04.2024 16 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Mittwoch, 13.30 – 15.30 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Training startet und endet auf dem Crap Sogn Gion. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 288.-

**Woolly Bugger Mittwoch 1**

<b>Trainingsbeschrieb</b>	<p>Ein polysportives Training das Spass und Abwechslung bringt.                  Trainiert werden Akrobatik, Trampolin und Rollen.                  Für die Gruppe "Cruiser - Breitensport" geht es nur um Spiel und Spass während es für die Contestfahrer ein zusätzliches Leistungstraining sein kann.                  Es werden 3 fixe Trainingsgruppen gebildet.                  Pro Training werden im Rotationsprinzip jeweils 2 Themen besucht.</p>
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	<p>Cruiser                  Starter                  Sportster</p>
<b>Ausrüstung</b>	<p>Turnsachen                  Turntätteli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken                  Skateboard und Protektoren (sofern vorhanden).</p>
<b>Anforderung</b>	<p>Bei Einstieg ab dem ersten Training wird der obligatorische Einführungskurs automatisch absolviert; bei späterem Trainingseinstieg ist dieser eine Voraussetzung.</p>
<b>Gruppeneinteilung</b>	<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>
<b>Trainingszeitraum</b>	<p>16.08.2023 – 10.04.2024                  30 Trainingseinheiten                  KEIN Training während Ferien und Feiertagen!                  Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.</p>
<b>Trainingszeit</b>	<p>Mittwoch, 16.15 – 18.15 Uhr</p>
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	<p>Freestyle Academy Circus Flims</p>
<b>Preis</b>	<p>CHF 540.-</p>

## Woolly Bugger Mittwoch 2

<b>Trainingsbeschreibung</b>	<p>Ein polysportives Training das Spass und Abwechslung bringt. Trainiert werden Akrobatik, Trampolin und Rollen.</p> <p>Für die Gruppe "Cruiser - Breitensport" geht es nur um Spiel und Spass während es für die Contestfahrer ein zusätzliches Leistungstraining sein kann.</p> <p>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>
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	<p>Cruiser</p> <p>Starter</p> <p>Sportster</p>
<b>Ausrüstung</b>	<p>Turnsachen</p> <p>Turntäppeli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken</p> <p>Skateboard und Protektoren (sofern vorhanden).</p>
<b>Gruppeneinteilung</b>	<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>
<b>Anforderung</b>	<p>Bei Einstieg ab dem ersten Training wird der obligatorische Einführungskurs automatisch absolviert; bei späterem Trainingseinstieg ist dieser eine Voraussetzung.</p>
<b>Trainingszeitraum</b>	<p>16.08.2023 – 10.04.2024</p> <p>30 Trainingseinheiten</p> <p>KEIN Training während Ferien und Feiertagen!</p> <p>Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.</p>
<b>Trainingszeit</b>	<p>Mittwoch, 18.30 – 20.30 Uhr</p>
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	<p>Freestyle Academy Circus Flims</p>
<b>Preis</b>	<p>CHF 540.-</p>

### Woolly Bugger Donnerstag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	<p>Ein polysportives Training das Spass und Abwechslung bringt. Trainiert werden Akrobatik, Trampolin und Rollen.</p> <p>Für die Gruppe "Cruiser - Breitensport" geht es nur um Spiel und Spass während es für die Contestfahrer ein zusätzliches Leistungstraining sein kann.</p> <p>Die Teilnehmer dieses Trainings wählen ihren Trainingsinhalt selbstständig. Jeweils in der Trainingsmitte besteht die Möglichkeit das Trainingsthema zu wechseln.</p>
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	<p>Cruiser</p> <p>Starter</p> <p>Sportster</p> <p>Contender</p> <p>Performer</p>
<b>Ausrüstung</b>	<p>Turnsachen</p> <p>Turntätteli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken</p> <p>Skateboard und Protektoren (sofern vorhanden)</p>
<b>Anforderung</b>	<p>Bei Einstieg ab dem ersten Training wird der obligatorische Einführungskurs automatisch absolviert; bei späterem Trainingseinstieg ist dieser eine Voraussetzung.</p>
<b>Trainingszeitraum</b>	<p>17.08.2023 – 11.04.2024</p> <p>30 Trainingseinheiten</p> <p>KEIN Training während Ferien und Feiertagen!</p> <p>Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.</p>
<b>Trainingszeit</b>	<p>Donnerstag, 18.00 – 20.00 Uhr</p>
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	<p>Freestyle Academy Circus Flims</p>
<b>Preis</b>	<p>CHF 540.-</p>

**Grundstruktur des Woolly Bugger Trainings**

<b>Mittwoch, 2015-2017</b>	<b>Mittwoch, 2011-2014</b>	<b>Donnerstag, 2005-2010</b>	<b>Inhalt</b>
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

WEISSE ARENA GRUPPE

**Planung Woolly Bigger 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	Blau	Grün	Rot
	Block 2	Rot	Blau	Grün
23.08.2023	Block 1	Grün	Rot	Blau
	Block 2	Blau	Grün	Rot
30.08.2023	Block 1	Rot	Blau	Grün
	Block 2	Grün	Rot	Blau
06.09.2023	Block 1	Blau	Grün	Rot
	Block 2	Rot	Blau	Grün
13.09.2023	Block 1	Grün	Rot	Blau
	Block 2	Blau	Grün	Rot
20.09.2023	Block 1	Rot	Blau	Grün
	Block 2	Grün	Rot	Blau
27.09.2023	Block 1	Blau	Grün	Rot
	Block 2	Rot	Blau	Grün
04.10.2023	Block 1	Grün	Rot	Blau
	Block 2	Blau	Grün	Rot



25.10.2023	Block 1	Rot	Blau	Grün
	Block 2	Grün	Rot	Blau
01.11.2023	Block 1	Blau	Grün	Rot
	Block 2	Rot	Blau	Grün
08.11.2023	Block 1	Grün	Rot	Blau
	Block 2	Blau	Grün	Rot
15.11.2023	Block 1	Rot	Blau	Grün
	Block 2	Grün	Rot	Blau
22.11.2023	Block 1	Blau	Grün	Rot
	Block 2	Rot	Blau	Grün
29.11.2023	Block 1	Grün	Rot	Blau
	Block 2	Blau	Grün	Rot
06.12.2023	Block 1	Rot	Blau	Grün
	Block 2	Grün	Rot	Blau
13.12.2023	Block 1	Blau	Grün	Rot
	Block 2	Rot	Blau	Grün
20.12.2023	Block 1	Grün	Rot	Blau
	Block 2	Blau	Grün	Rot



# 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		

**Planung Woolly Bugger 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		

### Schneetraining Ski/Snowboard Freitag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Über die Saison bieten wir 10 On-Snow Trainings für ambitionierte, motivierte und durch die Trainer selektionierte FahrerInnen an. Dieses Training wird zusammen mit der Freestyle Academy Zürich durchgeführt.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Anforderungen</b>	Nur für top motivierte Athleten und mit schulischer Dispens Interessierte AthletInnen können sich anmelden. Die Selektion wird durch die TrainerInnen vorgenommen.
<b>Ausrüstung</b>	Ski oder Snowboardausrüstung inkl. Helm
<b>Trainingszeitraum</b>	10 Trainings über die Saison. Genaue Daten können erst nach Fixierung der Contestdaten bestimmt werden.
<b>Trainingszeit</b>	Freitag, 09.30 – 15.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Training startet und endet auf dem Crap Sogn Gion. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 450.-

**Skateboard Freitag**

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches Skateboard Training für die Bereiche Transition und Street.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Cruiser Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	eigenes Skateboard Helm Protektoren geeignete Schuhe
<b>Gruppeneinteilung</b>	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).
<b>Trainingszeitraum</b>	05.05.2023 – 12.04.2024 37 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Freitag, 18.00 – 20.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Skatepark Betongarta Chur, rocksresort LAAX oder Freestyle Academy Circus Flims. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Transport</b>	Die Anfahrt zu den versch. Trainingsorten ist Teilnehmersache.
<b>Wetter</b>	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 <a href="#">Skatetraining Freitag</a> . Falls die Wetterlage unklar scheint, dürft ihr euch im Freestyle Academy Circus melden.
<b>Preis</b>	CHF 666.-

**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			
	Block 2			
03.11.2023	Block 1			
	Block 2			
10.11.2023	Block 1			
	Block 2			
17.11.2023	Block 1			
	Block 2			
24.11.2023	Block 1			
	Block 2			
01.12.2023	Block 1			
	Block 2			
08.12.2023	Block 1			
	Block 2			
15.12.2023	Block 1			
	Block 2			
22.12.2023	Block 1			
	Block 2			
12.01.2024	Block 1			
	Block 2			
19.01.2024	Block 1			
	Block 2			
26.01.2024	Block 1			
	Block 2			
02.02.2024	Block 1			
	Block 2			
09.02.2024	Block 1			
	Block 2			
16.02.2024	Block 1			
	Block 2			
23.02.2024	Block 1			
	Block 2			

# 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			

### Trampolin Samstag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches koordinatives Off Snow Training mit Schwerpunkt Akrobatik auf dem Trampolin.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Turnsachen Turntäppeli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken
<b>Trainingszeitraum</b>	19.08.2023 – Gletschereröffnung ca. 12 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Samstag, 09.00 – 11.30 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Freestyle Academy Circus Flims Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	Ab CHF 270.- (abhängig von der Gletschereröffnung)

### Schneetraining Ski/Snowboard Samstag Contestgruppe

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches Schneetraining am Samstag ab Gletschereröffnung bis Saisonende.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Ski oder Snowboardausrüstung inkl. Helm
<b>Trainingszeitraum</b>	Über die gesamte Wintersaison 2023/2024. Startet mit der Gletscheröffnung, endet am letzten Samstag der Saison. ca. 24 Trainingseinheiten Dieses Training findet auch während Ferien und Feiertagen statt.
<b>Trainingszeit</b>	Samstag, 09.30 – 15.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Rund um den Crap Sogn Gion Berg- und Talfahrt gemäss Anmeldung. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	ab CHF 1'188.- (abhängig von der Gletschereröffnung)

### Schneetraining Snowboard Sonntag Halfpipe

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Exklusives Snowboard Halfpipe Training in einer Gruppe von maximal 5 Personen. Das Training wird durch Sabine Wehr-Hasler und Jonas Sigg geleitet.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Snowboard Ausrüstung (spezielles Halfpipe Snowboard sehr empfohlen) inkl. Helm Springseil
<b>Anforderung</b>	Interessierte AthletInnen können sich anmelden. Die Selektion wird durch die TrainerInnen vorgenommen.
<b>Trainingszeitraum</b>	Ab Eröffnung der Halfpipe. Dieses Angebot ist unregelmässig, je nach Wetter und Verfügbarkeit der TrainerIn. 8 Trainingseinheiten Dieses Training kann auch während Ferien und Feiertagen stattfinden.
<b>Trainingszeit</b>	Sonntag, 09.30 – 15.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Training startet und endet auf dem Crap Sogn Gion. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	Pauschal CHF 1'200.-

**Schneetraining Snowboard Sonntag Slopestyle**

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Exklusives Snowboard Slopestyle Training in einer Gruppe von maximal 5 Personen. Das Training wird durch Elena Könz und Lukas Götz geleitet.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Snowboard Ausrüstung inkl. Helm
<b>Anforderung</b>	Interessierte AthletInnen können sich anmelden. Die Selektion wird durch die Trainer vorgenommen.
<b>Trainingszeitraum</b>	Ab Eröffnung des Ils Plauns Medium Park. Dieses Angebot ist unregelmässig, je nach Wetter und Verfügbarkeit der TrainerIn 8 Trainingseinheiten Dieses Training kann auch während Ferien und Feiertagen stattfinden.
<b>Trainingszeit</b>	Sonntag, 09.30 – 15.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Training startet und endet auf dem Crap Sogn Gion. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	Pauschal CHF 1'200.-

### Schneetraining Ski Sonntag Slopestyle

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Exklusives Freeski Slopestyle Training in einer Gruppe von maximal 5 Personen. Das Training wird durch Dominik Rhyner geleitet.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Freeski Ausrüstung inkl. Helm
<b>Anforderung</b>	Interessierte AthletInnen können sich anmelden. Die Selektion wird durch die TrainerIn vorgenommen.
<b>Trainingszeitraum</b>	Ab Eröffnung des Ils Plauns Medium Park. Dieses Angebot ist unregelmässig, je nach Wetter und Verfügbarkeit der TrainerIn 8 Trainingseinheiten Dieses Training kann auch während Ferien und Feiertagen stattfinden.
<b>Trainingszeit</b>	Sonntag, 09.30 – 15.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Training startet und endet auf dem Crap Sogn Gion. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	Pauschal CHF 1'200.-

### Kurzcamps Contestgruppe Schneesport

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Camp von 2-4 Tagen mit spezifischem Trainingsthema zur Vorbereitung der bevorstehenden Wettkampfsaison.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Variabel, je nach Trainingsthema.
<b>Trainingszeitraum</b>	06.05. - 07.05.2023 Laax 27.05. - 29.05.2023 Banger Park 17.06. - 18.06.2023 Banger Park 25.08. - 27.08.2023 Banger Park 21.09. - 24.09.2023 Saas Fee (HP) 27.10. - 29.10.2023 Hintertux oder Banger Park
<b>Trainingszeit</b>	24h Betreuung, inkl. Reise Verpflegung, Übernachtung, Eintritte...
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	Zu bestimmen

### Sommercamp Contestgruppe Schneesport

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Einmaliges Sommercamp auf dem Landing Bag von Leysin und dem Gletscher von Zermatt.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Ski oder Snowboard Ausrüstung inkl. Helm für on-snow Training und zusätzlich Spezialausrüstung (Ski/SB) für den Landing Bag von Leysin. Zusätzliche Ausrüstung für einige Camptage
<b>Anforderung</b>	Mind. ein Kurzcamp im Bangerpark ist Pflicht. Medium Kicker im Bangerpark muss beherrscht werden.
<b>Trainingszeitraum</b>	06.08. – 11.08.2023
<b>Trainingszeit</b>	24h Betreuung, inkl. Reise Verpflegung, Übernachtung, Eintritte, Lifttickets...
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Sommer-Trainingscamp in Leysin und Zermatt.
<b>Preis</b>	zu bestimmen

### Herbstcamp Contestgruppe Schneesport

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Einmaliges Herbstcamp auf dem Gletscher von Hintertux.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Eigene komplette Schneesport und Skateboard Ausrüstung ist mitzubringen komplette Sportausrüstung Outdoor zusätzliche Ausrüstung für eine Campwoche
<b>Trainingszeitraum</b>	08.10.2023 – 13.10.2023
<b>Trainingszeit</b>	24h Betreuung, inkl Reise Verpflegung, Übernachtung, Eintritte, Lifttickets...
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Gletscher von Hintertux (voraussichtlich)
<b>Preis</b>	zu bestimmen

### Trainingstage intensiv Contestgruppe Schneesport

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Intensive Schnee Trainingstage in der Region LAAX. Die Tage werden mit Off Snow Themen ergänzt. Diese Angebote sind ohne betreute Übernachtungen.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Eigene komplette Schneesport und Skateboard Ausrüstung ist mitzubringen Turnsachen Turntäppei/ Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken komplette Sportausrüstung Outdoor zusätzliche Ausrüstung für eine Campwoche
<b>Trainingszeitraum</b>	01.01. - 05.01.2024 26.02. - 01.03.2024 pro Woche 5 Trainings
<b>Trainingszeit</b>	ca. 09.00 – 18.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	LAAX Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 500.-

### Individuelle Trainingsmöglichkeiten

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Individuelles (Privat-) Training in Kleingruppen. Das Trainingsthema (z.B. Halfpipe, Trampolin, Miniramp) wird mit dem/den Athleten bestimmt.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Variabel gemäss abgesprochenem Training
<b>Trainingszeitraum</b>	nach Verfügbarkeit frei wählbar
<b>Trainingszeit</b>	Individuell auf Athleten abgestimmt
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Variabel gemäss abgesprochenem Training
<b>Preis</b>	halber Tag (2 Std.) CHF 75.- ganzer Tag (4 Std.) CHF 150.-



## Contestbetreuung

<b>Beschrieb</b>	Betreuung an ausgewählten Wettkämpfen.
<b>Geltungsbereich</b>	Nachwuchsathleten der FTEM Stufen Foundation (Starter) sowie aus dem Bereich Talent (Sportster, Contender) fahren Contests der regionalen und interregionalen Contestserie. Das Trainerteam stellt eine Contestplanung zusammen und gewährleistet die Betreuung dieser Wettkämpfe.
<b>Für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer (nur bedingt nutzbar)
<b>Details</b>	Die Contestbetreuung beinhaltet nur die Betreuung vor Ort. Aufwände wie Transport, Startgeld, Lifttickets, Übernachtungen, Verpflegung müssen selbst bezahlt und teilweise organisiert werden.
<b>Trainings am Wettkampfort</b>	An grösseren Contests (z.B. Davos Open, Kids LAAX Open, JSM) rechnen wir damit einen vorangehenden Trainingstag am Wettkampfort anbieten zu können.
<b>Transport</b>	Wer mit dem Freestyle Academy Bus an den Contest fährt, bezahlt pro Kind pauschal CHF 20.00.
<b>Fahrgemeinschaften</b>	Damit alle Mitglieder an den Wettkampfort transportiert werden können, sind wir auf die Unterstützung der Eltern angewiesen. Wir schlagen vor, dass der Transport in Privatautos ebenfalls mit CHF 20.00 pro Person vergütet wird.
<b>Anmeldung</b>	Die Eltern melden ihre Kinder selbst für die Contests an.
<b>Club/Verein</b>	Bitte immer «Freestyle Academy» angeben.
<b>Wichtiger Zusatz</b>	Je höher das Level bzw. die FTEM Einstufung, desto mehr braucht es angepasste Lösungen, denn der nationale oder gar internationale Vergleich wird wichtiger. Die Aufwände werden erheblich grösser und können nicht im Rahmen unserer Contestbetreuung abgedeckt werden. Die individuelle Betreuung an solchen Wettkämpfen übernehmen wir sehr gerne, allerdings entstehen zusätzliche Kosten.
<b>Preis</b>	Alle Athleten der Contestgruppe profitieren automatisch und ohne zusätzliche Kosten von der Wettkampfbetreuung.



# Athletenweg der Freestyle Academy Skateboard

FSA BEZEICHNUNG	Cruiser	Starter	Sportler	Contender	Performer	Rookie	Challenger	Pro	MM	MM	
<b>Tätigkeitsfeld</b>	Freestyle Academy	Freestyle Academy Stützpunkt									
<b>Swiss Skateboard</b>		Mitgliedschaft obligatorisch (für die Athleten, den Athleten, plus einen Elternteil)									
<b>FSA Club</b>		Mitgliedschaft obligatorisch (für die Athleten, den Athleten, plus einen Elternteil)									
<b>CHARAKTERISIERUNG</b>	<b>PURE FREUDE</b>	<b>LEBENSCHAFTSSPORT</b>									
<b>Kurzerklärung</b>	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 Sportler bezieht ihr euch auf den offiziellen Athletenweg von Swiss Skateboard. Ein klares Commitment zum Wettkampfsport wird ab dieser Stufe wichtiger. Athleten, welche Sport und Schule (z.B. an einer Talentschule) kombinieren wollen, streben fokussiert Richtung Contender/Performer.	zur eindeutigen Leistungsbereitschaft in Trainings und Wettkämpfen							
<b>Commitment</b>	zur Trainingslehre	zu Training und gelegentlichen Wettkämpfen									
<b>Trainingsstunden</b>	keine Vorgaben	mind. 130h/Jahr	mind. 260h/Jahr	mind. 380h/Jahr	mind. 380h/Jahr	mind. 380h/Jahr					
<b>Trainingswahl</b>	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 ITEM Stufe können frei gewählt werden. Talentschüler müssen auch die Stundenvorgaben des Kantons erfüllen. Einige Trainings werden durch die Freestyle Academy selektiert.									
<b>Schule/Absenzen</b>	keine Empfehlung	zusätzliche Absenztage sinnvoll	schulische Lösung empfohlen	schulische Lösung nötig	schulische Lösung nötig	schulische Lösung nötig					
<b>WETTKAMPF</b>		<b>POLYBOARD</b>									
<b>Wettkampfstufe</b>		Swiss Cup, SM, lokale Contests	Swiss Cup, SM, lokale Contests	Swiss Cup, SM, lokale Contests	Swiss Cup, SM, lokale Contests	Swiss Cup, SM, lokale Contests					
<b>Selektionsmassnahmen für die nächsthöhere Kadernstufe</b>	keine		FSSTE	FSSTE	FSSTE	FSSTE					

STRUKTUR FREESTYLE ACADEMY SKATEBOARD

# Trainingsüberblick Skateboard

Skateboard Mai bis April	keine Vorgaben							mind. 130h/Trainingsjahr mind. 380h/Trainingsjahr		mind. 380h/Trainingsjahr mind. 380h/Trainingsjahr	
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	Starter	Sportster	Contender	Performer
Infrastruktur / Training	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Midl) Jahrgang: 2019 Start: Mai 2023 Cruiser	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Mini) Jahrgang: 2020 (2021) Start: Mai 2023 Cruiser	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Mini Mini) Jahrgang: 2021 Start: August 2023 Cruiser	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Mini Mini) Jahrgang: 2021 Start: August 2023 Cruiser	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Mini Mini) Jahrgang: 2021 Start: August 2023 Cruiser	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Mini Mini) Jahrgang: 2021 Start: August 2023 Cruiser	08.30 - 10.00 Uhr Kids Training (Mini Mini) Jahrgang: 2021 Start: August 2023 Cruiser				
Kids Academy Films	13.00 - 14.30 Uhr Kids Training (Maxi) Jahrgang: (2017) 2018 Start: Mai 2023 Cruiser										
Freestyle Academy Circus			16.15 - 18.15 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Jahrgänge: 2015 - 2017 Start: August 2023 Cruiser Starter Sportster	16.15 - 18.15 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Jahrgänge: 2015 - 2017 Start: August 2023 Cruiser Starter Sportster	16.15 - 18.15 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Jahrgänge: 2015 - 2017 Start: August 2023 Cruiser Starter Sportster	16.15 - 18.15 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Jahrgänge: 2015 - 2017 Start: August 2023 Cruiser Starter Sportster	18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Start: August 2023 Cruiser Jahrgang 2005 - 2010 Starter Sportster Contender Performer	18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Start: August 2023 Cruiser Jahrgang 2005 - 2010 Starter Sportster Contender Performer	18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Start: August 2023 Cruiser Jahrgang 2005 - 2010 Starter Sportster Contender Performer	18.00 - 20.00 Uhr Woolly Bugger (Polysp.) Start: August 2023 Cruiser Jahrgang 2005 - 2010 Starter Sportster Contender Performer	
Freestyle Academy Circus, Betongarta Chur	09.00 - 11.30 Uhr Skate & Kraft Start: August 2023 Starter Sportster Contender Performer	09.00 - 11.30 Uhr Skate & Kraft Dauer: Mai - Sommerferien Starter Sportster Contender Performer	13.30 - 15.30 Uhr Skate & Kraft Start: Mai 2023 Starter Sportster Contender Performer	13.30 - 15.30 Uhr Skate & Kraft Start: Mai 2023 Starter Sportster Contender Performer	13.30 - 15.30 Uhr Skate & Kraft Start: Mai 2023 Starter Sportster Contender Performer	13.30 - 15.30 Uhr Skate & Kraft Start: Mai 2023 Starter Sportster Contender Performer	13.30 - 15.30 Uhr Skate & Kraft Start: Mai 2023 Starter Sportster Contender Performer	18.00 - 20.00 Uhr Skateboard Jahrgang: 2005 - 2015 Start: Mai 2023 Cruiser Starter Sportster Contender Performer	18.00 - 20.00 Uhr Skateboard Jahrgang: 2005 - 2015 Start: Mai 2023 Cruiser Starter Sportster Contender Performer	09.00 - 11.30 Uhr Skateboard Dauer: August - Herbstferien Starter Sportster Contender Performer	09.00 - 11.30 Uhr Skateboard Dauer: August - Herbstferien Starter Sportster Contender Performer
Turnhalle Falera	17.30 - 19.00 Uhr Koordination (spielerische Fitness) Dauer: Mai - Sommerferien Sportster Contender Performer										
Turnhalle Falera, Riders Hotel (zu bestimmen)	17.30 - 19.00 Uhr Koordination (spielerische Fitness) oder Koordination (Athletik) Start: August 2023 Sportster Contender Performer	17.30 - 19.00 Uhr Koordination (spielerische Fitness) oder Koordination (Athletik) Start: August 2023 Sportster Contender Performer									

# Trainingsüberblick Skateboard Camps und wichtige Termine

Skateboard Kurzcamp	Name / Location	Datum	Anzahl Tage	keine Vorgaben	mind. 130h/Trainingsjahr		mind. 380h/Trainingsjahr		
					Starter	Sportster	Contender	Performer	
	Name / Location	Datum	Anzahl Tage	Trainingsart	Programme				
	Kurzcamp Teambildung Laax (inkl. Club GV)	06.05. - 07.05.2023	2 Tage	Divers	Starter	Sportster	Contender	Performer	
<b>Camp</b>									
	Sommercamp Laax	23.07. - 28.07.2023	6 Tage	Ska teboard	Cruiser	Starter	Sportster	Contender	Performer
	<b>Intensivtage (ohne Übernachtungen)</b>								
	Name / Location	Datum	Anzahl Tage	Trainingsart	Programme				
	Intensivtag Vorbereitung PISTE Check-up Skillspark	28.10.2023	1 Tag	Ska teboard	Sportster	Contender	Performer		
	<b>wichtige Termine</b>								
	Name / Location	Datum	Anzahl Tage	Trainingsart	Programme				
	GV Freestyle Academy Club	06.05.2023	1 Tag	Meeting					
	Swiss Skateboard PISTE Check-up	06.11.2023	1 Tag	Prüfung	Sportster (oblig.)	Contender (oblig.)	Performer (oblig.)		

# Trainingsstunden Skateboard

mind. 130h/Trainingsjahr  
mind. 260h/Trainingsjahr  
mind. 380h/Trainingsjahr  
mind. 380h/Trainingsjahr

Starter  
Sportster  
Starter  
Sportster

Starter  
Sportster  
Starter  
Sportster

Starter  
Sportster  
Starter  
Sportster

Starter  
Sportster  
Starter  
Sportster

Tag	Zeitraum	Name	Anzahl Trainings	Trainingsstunden total	Programm
Montag	Mal - Sommerferien	Koord-Ition Montag, 17.30 - 19.00 Uhr (spielerische Fitness)	8 Trainings	12,0 Stunden	Sportster Contender Performer
	August - April	Koord-Ition Montag, 17.30 - 19.00 Uhr (spielerische Fitness / Athletik)	29 Trainings	43,5 Stunden	Sportster Contender Performer
	August - April	Skate & Kraft Montag, 09.00 - 11.30 Uhr	27 Trainings	67,5 Stunden	Starter Sportster Contender Performer
Di	Mal - Sommerferien	Skate & Kraft Dienstag, 09.00 - 11.30 Uhr	9 Trainings	22,5 Stunden	Starter Sportster Contender Performer
	Mal - April	Skate & Kraft Mittwoch, 13.30 - 15.30 Uhr	39 Trainings	78,0 Stunden	Starter Sportster Contender Performer
Mittwoch	August - April	Woolly Bugger Mittwoch, 16.15 - 18.15 Uhr Jahrgänge: 2015 - 2017	30 Trainings	60,0 Stunden	Starter Sportster
	August - April	Woolly Bugger Mittwoch, 18.30 - 20.30 Uhr Jahrgänge: 2011 - 2014	30 Trainings	60,0 Stunden	Starter Sportster
	August - April	Woolly Bugger Donnerstag, 18.00 - 20.00 Uhr	30 Trainings	60,0 Stunden	Starter Sportster Contender Performer
Fr	Mal - April	Skateboard Freitag, 18.00 - 20.00 Uhr	37 Trainings	74,0 Stunden	Starter Sportster Contender Performer
Sa	August - April	Skateboard Samstag, 09.00 - 11.30 Uhr / 13.30 - 16.00 Uhr	25 Trainings	62,5 Stunden	Starter Sportster Contender Performer

## Kurzcamp

Datum	Name / Location	Anzahl Tage	Trainingsstunden total	Programm
06.05. - 07.05.2023	Kurzcamp Teambildung Laax (inkl. Club GV)	2 Tage	10,0 Stunden	Starter Sportster Contender Performer

## Camps

Datum	Name / Location	Anzahl Tage	Trainingsstunden total	Programm
23.07. - 28.07.2023	Sommercamp Laax	6 Tage	25,0 Stunden	Starter Sportster Contender Performer

## Intensivtage (ohne Übernachtungen)

Datum	Name / Location	Anzahl Tage	Trainingsstunden total	Programm
28.10.2023	Intensivtag Vorbereitung PISTE Check-up	1 Tag	5,0 Stunden	Starter Sportster Contender Performer

## Trainingsangebot Contestgruppe Skateboard

### Skate & Kraft Training Montag oder Donnerstag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches Skatetraining mit einer kurzen Krafeinheit.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	eigene komplette Skateboard Ausrüstung (Skateboard, Skateschuhe, Helm, Schoner) ist mitzubringen, ebenso Turntätteli und Sportbekleidung
<b>Trainingszeitraum</b>	21.08.2023 – 08.04.2024 27 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Montag, 09.00 – 11.30 Uhr oder Donnerstag, 09.00 – 11.30 Uhr (das passende Zeitfenster wurde uns von der Talentschule Chur noch nicht bestätigt.)
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Betongarten Chur oder Freestyle Academy Circus Flims. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 608.-

### Koord-Ition Montag (spielerische Fitness)

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Ein Mix aus einem koordinativ und konditionell ausgerichtetes Off-Snow Training. Schwerpunkte werden in diesem Training die konditionellen Aspekte (Athletik) sein, welche in verschiedenen Spielformen verpackt werden.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Yogamatte Skateboard Turntätteli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken Hallenturnschuhe
<b>Trainingszeitraum</b>	01.05.2023 – 26.06.2023 8 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Montag, 17.30 – 19.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Das Training findet in der Turnhalle von Falera statt. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 108.-

**Koord-Ition Montag (spielerische Fitness oder Athletik)**

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Ein Mix aus einem koordinativ und konditionell ausgerichtetes Off-Snow Training. Schwerpunkte werden in diesem Training die konditionellen Aspekte (Athletik) sein.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Yogamatte Skateboard Turntappeli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken Hallenturnschuhe
<b>Trainingszeitraum</b>	14.08.2023 – 08.04.2024 29 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Montag, 17.30 – 19.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Der Trainingsort ist noch nicht definiert. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 392.-



### Skate & Kraft Training Dienstag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches Skatetraining mit einer kurzen Kraffteinheit.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	eigene komplette Skateboard Ausrüstung (Skateboard, Skateschuhe, Helm, Schoner) ist mitzubringen, ebenso Turntappeli und Sportbekleidung
<b>Trainingszeitraum</b>	02.05.2023 - 27.06.2023 9 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Dienstag, 09.00 – 11.30 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Betongarten Chur oder Freestyle Academy Circus Flims. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	CHF 203.-

### Skate & Kraft Training Mittwoch

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches Skatetraining mit einer kurzen Kraffteinheit.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	eigene komplette Skateboard Ausrüstung (Skateboard, Skateschuhe, Helm, Schoner) ist mitzubringen, ebenso Turntappeli und Sportbekleidung
<b>Trainingszeitraum</b>	03.05.2023 - 10.04.2024 39 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Mittwoch, 13.30 – 15.30 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Freestyle Academy Circus Flims
<b>Preis</b>	CHF 702.-

**Woolly Bugger Mittwoch 1**

<b>Trainingsbeschreibung</b>	<p>Ein polysportives Training das Spass und Abwechslung bringt.                  Trainiert werden Akrobatik, Trampolin und Rollen.                  Für die Gruppe "Cruiser - Breitensport" geht es nur um Spiel und Spass während es für die Contestfahrer ein zusätzliches Leistungstraining sein kann.                  Es werden 3 fixe Trainingsgruppen gebildet.                  Pro Training werden im Rotationsprinzip jeweils 2 Themen besucht.</p>
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	<p>Cruiser                  Starter                  Sportster</p>
<b>Planung</b>	Bitte schaue auf den Seiten 24 - 25
<b>Ausrüstung</b>	<p>Turnsachen                  Turntäppeli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken                  Skateboard und Protektoren (sofern vorhanden).</p>
<b>Anforderung</b>	<p>Bei Einstieg ab dem ersten Training wird der obligatorische Einführungskurs automatisch absolviert; bei späterem Trainingseinstieg ist dieser eine Voraussetzung.</p>
<b>Gruppeneinteilung</b>	<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>
<b>Trainingszeitraum</b>	<p>16.08.2023 – 10.04.2024                  30 Trainingseinheiten                  KEIN Training während Ferien und Feiertagen!                  Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.</p>
<b>Trainingszeit</b>	Mittwoch, 16.15 – 18.15 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Freestyle Academy Circus Flims
<b>Preis</b>	CHF 540.-

## Woolly Bugger Mittwoch 2

<b>Trainingsbeschreibung</b>	<p>Ein polysportives Training das Spass und Abwechslung bringt. Trainiert werden Akrobatik, Trampolin und Rollen.</p> <p>Für die Gruppe "Cruiser - Breitensport" geht es nur um Spiel und Spass während es für die Contestfahrer ein zusätzliches Leistungstraining sein kann.</p> <p>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>
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	<p>Cruiser</p> <p>Starter</p> <p>Sportster</p>
<b>Planung</b>	Bitte schaue auf den Seiten 26 - 27
<b>Ausrüstung</b>	<p>Turnsachen</p> <p>Turntäppeli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken</p> <p>Skateboard und Protektoren (sofern vorhanden).</p>
<b>Gruppeneinteilung</b>	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).
<b>Anforderung</b>	Bei Einstieg ab dem ersten Training wird der obligatorische Einführungskurs automatisch absolviert; bei späterem Trainingseinstieg ist dieser eine Voraussetzung.
<b>Trainingszeitraum</b>	<p>16.08.2023 – 10.04.2024</p> <p>30 Trainingseinheiten</p> <p>KEIN Training während Ferien und Feiertagen!</p> <p>Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.</p>
<b>Trainingszeit</b>	Mittwoch, 18.30 – 20.30 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Freestyle Academy Circus Flims
<b>Preis</b>	CHF 540.-

## Woolly Bugger Donnerstag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	<p>Ein polysportives Training das Spass und Abwechslung bringt. Trainiert werden Akrobatik, Trampolin und Rollen.</p> <p>Für die Gruppe "Cruiser - Breitensport" geht es nur um Spiel und Spass während es für die Contestfahrer ein zusätzliches Leistungstraining sein kann.</p> <p>Die Teilnehmer dieses Trainings wählen ihren Trainingsinhalt selbstständig. Jeweils in der Trainingsmitte besteht die Möglichkeit das Trainingsthema zu wechseln.</p>
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	<p>Cruiser</p> <p>Starter</p> <p>Sportster</p> <p>Contender</p> <p>Performer</p>
<b>Planung</b>	Bitte schaue auf den Seiten 28 - 29
<b>Ausrüstung</b>	<p>Turnsachen</p> <p>Turntätteli / Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken</p> <p>Skateboard und Protektoren (sofern vorhanden)</p>
<b>Anforderung</b>	Bei Einstieg ab dem ersten Training wird der obligatorische Einführungskurs automatisch absolviert; bei späterem Trainingseinstieg ist dieser eine Voraussetzung.
<b>Trainingszeitraum</b>	<p>17.08.2023 – 11.04.2024</p> <p>30 Trainingseinheiten</p> <p>KEIN Training während Ferien und Feiertagen!</p> <p>Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.</p>
<b>Trainingszeit</b>	Donnerstag, 18.00 – 20.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Freestyle Academy Circus Flims
<b>Preis</b>	CHF 540.-

**Skateboard Freitag**

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches Skateboard Training für die Bereiche Transition und Street.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Cruiser Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	eigenes Skateboard Helm Protektoren geeignete Schuhe
<b>Gruppeneinteilung</b>	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).
<b>Planung</b>	Bitte schau auf den Seiten 32 - 34
<b>Trainingszeitraum</b>	05.05.2023 – 12.04.2024 37 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	Freitag, 18.00 – 20.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Skatepark Betongarta Chur, rocksresort LAAX oder Freestyle Academy Circus Flims. Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Transport</b>	Die Anfahrt zu den versch. Trainingsorten ist Teilnehmersache.
<b>Wetter</b>	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 <a href="#">Skatetraining Freitag</a> . Falls die Wetterlage unklar scheint, dürft ihr euch im Freestyle Academy Circus melden.
<b>Preis</b>	CHF 666.-

### Skateboard Samstag

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Wöchentliches Skateboard Training für die Bereiche Transition und Street.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Eigene komplette Skateboard Ausrüstung (Skateboard, Skateschuhe, Helm, Schoner) ist mitzubringen. Ebenso Turntäppli und Sportbekleidung
<b>Trainingszeitraum</b>	19.08.2023 - 06.04.2024 25 Trainingseinheiten KEIN Training während Ferien und Feiertagen!
<b>Trainingszeit</b>	August bis Oktober Samstag, 09.00 – 11.30 Uhr Oktober bis April Samstag, 13.30 – 16.00 Uhr
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Freestyle Academy Circus Flims
<b>Preis</b>	CHF 563.-

### Kurzcamps Contestgruppe

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Camp von 2 Tagen zur Teambildung des gesamten Contestteams
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Sportausrüstung, Details folgen
<b>Trainingszeitraum</b>	06.05. - 07.05.2023
<b>Trainingszeit</b>	24h Betreuung, inkl. Reise Verpflegung, Übernachtung, Eintritte...
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Laax Weitere Details werden über Microsoft Teams kommuniziert.
<b>Preis</b>	Zu bestimmen

### Sommercamp Skateboard LAAX

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Einmaliges Camp in den Sommerferien (Integriert in ein normales Camp der Freestyle Academy)
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Cruiser Starter Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Eigene komplette Skateboard Ausrüstung (Skateboard, Skateschuhe, Helm, Schoner) ist mitzubringen Turnsachen Turntappeli/ Anti-Rutsch- oder Trampolinsocken komplette Sportausrüstung Outdoor zusätzliche Ausrüstung für eine Campwoche
<b>Trainingszeitraum</b>	23.07. - 28.07.2023
<b>Trainingszeit</b>	Betreuung für 12h (09.00 – 21.00 Uhr) Betreuung für 24h
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Noch bekannt zu geben
<b>Preis</b>	Betreuung 12h CHF 599.- (inkl. Mittag-/Abendessen) Betreuung 24h CHF 999.- (inkl. Vollpension)

### Trainingstag intensiv

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Intensivtag als Vorbereitung auf den PISTE Check-up von Swiss Skateboard.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Eigene komplette Skateboard Ausrüstung (Skateboard, Skateschuhe, Helm, Schoner) ist mitzubringen.
<b>Trainingszeitraum</b>	28.10.2023
<b>Trainingszeit</b>	Ganzer Tag
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Im Skatepark des Check-ups
<b>Preis</b>	CHF 100.-

### Individuelle Trainingsmöglichkeiten

<b>Trainingsbeschreibung</b>	Individuelles (Privat-) Training in Kleingruppen. Das Trainingsthema (z.B. Vertramp, Bowl usw.) wird mit dem/den Athleten bestimmt.
<b>Empfohlen für folgende FTEM Stufen</b>	Sportster Contender Performer
<b>Ausrüstung</b>	Variabel gemäss abgeprochenem Training
<b>Trainingszeitraum</b>	nach Verfügbarkeit frei wählbar
<b>Trainingszeit</b>	Individuell auf Athleten abgestimmt
<b>Trainingsort / Treffpunkt</b>	Variabel gemäss abgeprochenem Training
<b>Preis</b>	halber Tag (2 Std.) CHF 75.- ganzer Tag (4 Std.) CHF 150.-



## Contestbetreuung

<b>Beschrieb</b>	Betreuung an ausgewählten Skateboard Wettkämpfen.
<b>Für folgende FTEM Stufen</b>	Starter Sportster Contender Performer (nur bedingt nutzbar)
<b>Details</b>	Die Contestbetreuung beinhaltet nur die Betreuung vor Ort. Aufwände wie Transport, Startgeld, Lifftickets, Übernachtungen, Verpflegung müssen selbst bezahlt und teilweise organisiert werden.
<b>Trainings am Wettkampfort</b>	An grösseren Contests rechnen wir damit einen vorangehenden Trainingstag am Wettkampfort anbieten zu können.
<b>Transport</b>	Wer mit dem Freestyle Academy Bus an den Contest fährt, bezahlt pro Kind pauschal CHF 20.00.
<b>Fahrgemeinschaften</b>	Damit alle Mitglieder an den Wettkampfort transportiert werden können, sind wir auf die Unterstützung der Eltern angewiesen. Wir schlagen vor, dass der Transport in Privatautos ebenfalls mit CHF 20.00 pro Person vergütet wird.
<b>Anmeldung</b>	Die Eltern melden ihre Kinder selbst für die Contests an.
<b>Club/Verein</b>	Bitte immer «Freestyle Academy» angeben.
<b>Wichtiger Zusatz</b>	Je höher das Level bzw. die FTEM Einstufung desto mehr braucht es angepasste Lösungen, denn der nationale oder gar internationale Vergleich wird wichtiger. Die Aufwände werden erheblich grösser und können nicht im Rahmen unserer Contestbetreuung abgedeckt werden. Die individuelle Betreuung an solchen Wettkämpfen übernehmen wir nach Möglichkeit sehr gerne, allerdings entstehen zusätzliche Kosten.
<b>Preis</b>	Alle Athleten der Contestgruppe profitieren automatisch und ohne zusätzliche Kosten von der Wettkampfbetreuung.