

19. Oktober 2026

Sommer- und Herbsttraining 2026

Nach drei Wochen Trainingspause, startete unser Sommertraining am 27. Juli wiederum im Wintersried in Ibach/Schwyz. Wir hatten jeden Tag eine Konditionseinheit im Talkessel, bevor es dann am 3. August nach Andermatt ins Kondilager ging. Mit Krafttraining, Kondition und Inlinen schlossen wir unseren ersten viertägigen Kondiblock ab. Die Woche darauf startete auf dem Zugersee mit Stand-Up-Paddling, danach wurde wiederum im Urner Bergdorf an Schnelligkeit, Ausdauer, Kraft und Koordination geschliffen. Zwischendurch durften wir noch eine neue Sportart kennenlernen: Gutz, unser Trainer, organisierte ein Bob-Training auf der Anschiebebahn bei der Kaserne. Das war mega cool.



Am 9. September reiste das SKV Kader das erste Mal nach Landgraaf in die Skihalle «SnowWorld» an. Das Team verbrachte im September zweimal fünf Tage im schön gelegenen Dorf, ganz im Süden Hollands. Es wurde ausschliesslich am Aufbau des Slaloms gearbeitet. Zwei Skitrainings-Einheiten pro Tag ergaben viele Fahrten, viele kurze Kurven... und somit



ziemlich müde Beine. Die Einheiten in der Skihalle sind sehr effizient und ergiebig und geben unseren U16-Athleten eine ideale Basis für gute Slalomschwünge.



Die Riesenslalom-Skis schnallten sich die Athleten am 9. Oktober in Sölden das erste Mal an. Zuerst Technikaufbau im freien Fahren, Gefühl finden mit dem neuen Material und sogar etwas Powder geniessen. So richtig zur Sache ging es dann im zweiten Sölden-Camp, das letzte Woche stattfand. Bei harten Pistenbedingungen und vier Tagen Sonnenschein konnten wir am Rettenbachgletscher optimal in die RS-Tore starten.