SKICLUB BELP

## Ressort Hallentraining

Jahresbericht 2019/2020

Mitte März 2020 endete aufgrund der Auswirkungen von Covid-19 das Hallentraining ziemlich abrupt und allen gewillten Trainingsteilnehmer wurde eine längere Pause gegönnt. Aktuell (Ostern) ist noch nicht klar, wie und wann das Training wieder aufgenommen werden kann. Jedoch hoffen wir alle, dass es schon sehr bald soweit ist, so dass wir uns auf die nächste Wintersaison vorbereiten und dann unsere Leistung abrufen können :-)

Auch so war die Saison 2019/2020 wieder sehr abwechslungsreich, spannend und schweisstreibend. Die Stimmung in den Trainings war immer super, auch wenn sie manchmal ein bisschen knapp besucht waren. Insgesamt gab es in diesem Jahr 27 Einheiten, die als Schwerpunkt wie folgt aufgeteilt waren:

- 5x Kondition
- 7x Koordination
- 1x Schnelligkeit
- 2x Beweglichkeit
- 2x Kraft
- 2x Power Yoga
- 2x Kraft & Step
- 3x Ski-Kondi
- 2x Schwimm-Technik
- 1x Unihockey

Damit dies so durchgeführt werden konnte, waren natürlich wieder ganz viele Leiter gefordert und ich möchte ihnen für ihren Einsatz ganz herzlich danken! Ein grosses Merci geht an:

- Thomas Müller
- Martin Stoller
- Barbara Wittwer
- Claudia Schad
- Ulrika Nydegger
- Gladys Luterbach
- Karin Bucher

Ich wünsche allen einen sportlichen Sommer und hoffentlich bis bald im Training!
Lukas Wüthrich