



OL-Trainings und Einführungskurs für alle 2019
(vom 1.5.- 02.10.2019)

| Nr | Datum /Dauer <small>(Mi: letzter Start 19.00h!)</small> | Organisator <small>(Club/Person)</small> | Ort | Thema | Trainingsart |
|--------------------|--|---|--|---|---|
| 1 | Mittwoch, 1. Mai 17.00-20.00 | CA Rosé Tom Bühler | Villars-sur-Glâne centre sportif du Platy | Sprint-Training, exercices de départ | OL-Training: offen für alle |
| 2 | Mittwoch, 8. Mai 17.00-20.00 | OLC Omström Daniel Jungo | Buechschäppli | zu bestimmen | OL-Training: offen für alle (vor nat. OL Sprint) |
| 3 | Samstag, 11. Mai 10.00-13.30 | GCO Gruyère CA Rosé | Les Combes | Einführung OL | Einführungskurs Teil 1: offen für alle |
| 4 | Samstag, 11. Mai 13.30-17.00 | | | | Einführungskurs Teil 2: offen für alle |
| 5 | Mittwoch, 15. Mai 17.00-20.00 | OLG Murten zu bestimmen | zu bestimmen | zu bestimmen | OL-Training: offen für alle |
| 6 | Samstag, 18. Mai 10.00-13.30 | OLG Murten OLC Omström Sense | Brugeraholz | Einführung OL | Einführungskurs Teil 3: offen für alle |
| 7 | Samstag, 18. Mai 13.30-17.00 | | | | Einführungskurs Teil 4: offen für alle |
| 8 | Mittwoch, 22. Mai 17.00-20.00 | CA Rosé Alison et Darrell High | Bouleyres | Technique du relais, fourchettes | OL-Training: offen für alle |
| 9 | Dienstag, 28. Mai 1. Startzeit! 18.00-20.00 | OLG Murten ??? | Städtli Murten à confirmer | Sprinttraining à confirmer | OL-Training: offen für alle (vor 4 jours de Romandie) |
| 10 | Mittwoch, 5. Juni 17.00-20.00 | OLC Omström Sense Leo Schafer | ??? | Staffeltraining | OL-Training: offen für alle (vor Pfingststaffel / SOM) |
| BE | Mittwoch, 12. Juni 17.00-20.00 | OLV Hindelbank | Burgdorf | OL-Wettkampf / course de CO | 1. Berner Abend-OL |
| BE | Mittwoch, 19. Juni 17.00-20.00 | OLG Bern | Aeschete | OL-Wettkampf / course de CO | 2. Berner Abend-OL |
| BE | Mittwoch, 26. Juni 17.00-20.00 | OLV Hindelbank | Brünnen | OL-Wettkampf / course de CO | 3. Berner Abend-OL |
| BE | Mittwoch, 3. Juli 17.00-20.00 | OLG Bern | Schosshalde | OL-Wettkampf / course de CO | 4. Berner Abend-OL |
| Sommerpause | | | | | |
| BE | Mittwoch, 07. Aug. 17.00-20.00 | OLV Hindelbank | Hambüel | OL-Wettkampf / course de CO | 5. Berner Abend-OL |
| BE | Mittwoch, 14. Aug. 17.00-20.00 | OLG Bern | Bremgartenwald | OL-Wettkampf / course de CO | 6. Berner Abend-OL |
| 11 | Mittwoch, 28.8. | CA Rosé Denis Cuche | Fribourg Sud | Entraînement Sprint | OL-Training: offen für alle (vor nat. OL MD / SPM) |
| 12 | Mittwoch, 4. Sept. 17.00-20.00 | GCO Gruyère Nathalie Cuperus | Bouleyres | choix de cheminements | OL-Training: offen für alle (vor LOM) |
| 13 | Mittwoch, 11. Sept. 17.00-20.00 | OLG Murten zu bestimmen | zu bestimmen | zu bestimmen | OL-Training: offen für alle (vor Harzerstaffel / CO du CA Rosé) |
| 14 | Mittwoch, 18. Sept. 17.00-20.00 | CA Rosé Stéphane Renevey | zu bestimmen | zu bestimmen | OL-Training: offen für alle |
| 15 | Mittwoch, 25. Sept. 17.00-20.00 | OLC Omström Sense zu bestimmen | zu bestimmen | zu bestimmen | OL-Training: offen für alle |
| 16 | Mittwoch, 2. Okt. 17.00-18.30 | CA Rosé Peggy Schafer | zu bestimmen | nach sCOOL-Cup ab ca. 18.30 Uhr : Rangverkündigung FRJM | OL-Training: offen für alle (vor nat. OL LD) |
| - | Mittwoch, 9.10.. | Kein FOLV-Training | | | |
| - | Mittwoch, 16.10. | Kein FOLV-Training | | | |
| Winterpause | | | | | |

*= inkl. Kadetten Murten (15-20 TN): Anzahl TN pro Niveau werden den Organisatoren rechtzeitig bekannt gegeben