



# Programm JO Lumnezia 2019/20

Vacanzas - Firau / Schullferien - Feiertag

Cuorsa / Rennen

Race

FUN

Ver.20191018

Datum	Tag	Gruppe	Zeit/Ort	Programm
19.10.2019	Samstag	Race	08:30-11:00	Kurs Ski Präparation
23.10.2019	Mittwoch	Race JO	18:15 - 19:45 Cuschnaus	Kondi / Kraft
26.10.2019	Samstag	Race JO	08:30 - 10:00 Cuschnaus	Kondi / Kraft
30.10.2019	Mittwoch	Race JO	18:15 - 19:45 Cuschnaus	Kondi / Kraft
02.11.2019	Samstag	Race JO	08:30 - 10:00 Cuschnaus	Kondi / Kraft
06.11.2019	Mittwoch	Race JO	18:15 - 19:45 Vella	Kondi / Kraft
09.11.2019	Samstag	Race JO	08:30 - 10:00 Cuschnaus	Kondi / Kraft
13.11.2019	Mittwoch	Race JO	18:15 - 19:45 Vella	Kondi / Kraft
16.11.2019	Samstag	Race JO	08:30 - 10:00 Cuschnaus	Kondi / Kraft
20.11.2019	Mittwoch	Race JO	18:15 - 19:45 Vella	Kondi / Kraft
23.11.2019	Samstag	Race	Ski Laax o. Lumnezia	Technik o. SL
24.11.2019	Sonntag	Race JO	Ski Laax o. Lumnezia	Technik o. SL
27.11.2019	Mittwoch	Race JO	18:15 - 19:45 Vella	Kondi / Kraft
30.11.2019	Samstag	Race	Ski Laax o. Lumnezia	Technik o. SL
01.12.2019	Sonntag	Race JO	Ski Laax o. Lumnezia	Technik o. SL
04.12.2019	Mittwoch	Race JO	18:15 - 19:45 Vella	Kondi / Kraft
07.12.2019	Samstag	Race	Ski Laax o. Lumnezia	Technik o. SL
08.12.2019	Sonntag	Race JO	Ski Laax o. Lumnezia	Technik o. SL
11.12.2019	Mittwoch	Race JO	18:15 - 19:45 Vella	Kondi / Kraft
14.12.2019	Samstag	Race	Ski Laax o. Lumnezia	Technik o. SL
	Samstag			
	Samstag			

Race Skis

FUN Skis

Diember trenaments skis

Diember trenaments halla

Diember cuorsas