



Skiverband Sachsen e.V., Stadler Straße 14a, 09126 Chemnitz

An die Teilnehmer\*innen  
des siebenten Team Sachsen Kurses Skilanglauf 2024/2025

Skiverband Sachsen e.V.  
Stadler Straße 14a  
09126 Chemnitz  
Landestrainer  
Philipp Ebell

CC: J. Winkler, Regionaltrainerteam (R. Schneider, K. Hartmann)  
SVS-Geschäftsstelle, die Stützpunktrainer Kthal und Othal (N. Fritzsch P. Wicht)

Mobil: +4917610030131  
Email: philipp.ebell@skiverbandsachsen.de

www.skiverbandsachsen.de  
www.facebook.com/skiverbandsachsen

Oberwiesenthal, 28.02.2025

Liebe Kinder, liebe Eltern, liebe Trainerinnen und Trainer,

ich freue mich, euch zum siebten **Team-Sachsen-Trainingskurs 2024/2025** einzuladen!

Der Lehrgang findet in **Johanngeorgenstadt im Westerzgebirge** statt. Untergebracht sind wir im **Schullandheim in Oberjugel** bei Johanngeorgenstadt.

Bei diesem Trainingskurs werden wir uns intensiv mit unserem Lieblingssportgerät – den **Langlaufskiern** – beschäftigen. Besonders das **Bergabfahren** wird diesmal eine zentrale Rolle spielen. Außerdem werden wir die weiterhin **guten Bedingungen auf der Loipe im Schwefelbachtal** nutzen, um an unserer **Skatingtechnik** zu feilen.

**Als Ausbilder begleiten den Kurs:**

- Jacob Vogt (Regionaltrainer Dresden)
- Philipp Ebell (Landestrainer Skilanglauf)
- Platzhalter
- Platzhalterin

**Bitte bestätigt eure Teilnahme bzw. die Teilnahme eures Kindes bis spätestens Mittwoch, den 05.03.2025, über die Onlinemeldeliste unter folgendem Link:**

[Google Docs Link](#)

**Zusätzlich erhaltet ihr am 03.03.2025 einen weiteren Link, über den ihr euch bzw. euer Kind bitte ebenfalls anmeldet.**

**Um die Abwicklung des Eigenanteils möglichst dezentral zu gestalten und die personellen Ressourcen der Geschäftsstelle des SVS sowie die ehrenamtliche Zeit unserer Finanzverantwortlichen in den Vereinen zu schonen, werden wir den Eigenanteil dieses Mal per SEPA-Mandat einzahlen.**

**Keine Sorge: Falls ihr kurzfristig doch nicht teilnehmen könnt, wird kein Geld eingezogen. Für euch ändert sich also nichts – mit ein paar Eingaben in einem Onlineformular (ca. 2 Minuten Aufwand) helft ihr jedoch, wertvolle Zeit (30 min - 2 Stunden) für eine engagierte Person im Hintergrund einzusparen.**

**Vielen Dank für eure Unterstützung!**

Die Trainer und Trainerinnen freuen sich auf euch.  
Sportliche Grüße

Philipp



<b>Termin:</b>	07.03.2025 – 09.03.2025
<b>Lehrgangsort:</b>	Johanngeorgenstadt
<b>Unterkunft:</b>	Schullandheim Oberjugel Jugelstraße 42 08349 Johanngeorgenstadt  <a href="https://www.schullandheim-sachsen.de/oberjugel">https://www.schullandheim-sachsen.de/oberjugel</a>
<b>Anreise:</b>	07.03.2025 bis 16:00 Uhr (selbstständig, mit Eltern/Übungsleitern/Fahrgemeinschaften klären)
<b>Abreise:</b>	09.03.2025 16:30 Uhr (selbstständig, mit Eltern/Übungsleitern/Fahrgemeinschaften klären)
<b>Schwerpunkte:</b>	<b>Skilanglaufen FT, Skilaufen VSA</b>
<b>Lehrgangleiter:</b>	Philipp Ebell
<b>Hinweis:</b>	Die Teilnahme am Kurs ist nur möglich, wenn die TeilnehmerInnen <b>gesund</b> (keine Erkältungssymptome) sind. Die Lehrgangleitung bittet darum, dass Allergien oder Unverträglichkeiten jeglicher Art und chronische Einschränkungen (Belastungsasthma, Migräne, Knie-schmerzen, Schulterprobleme...) im Vorfeld des Kurses bekanntgegeben werden.

**Mitzubringen sind:**

- Trainingskleidung Halle
- Trainingskleidung Outdoor (wettergerecht),
- ausreichend Wechselkleidung
- Skiausrüstung FT (es werden keine Rennski benötigt)
- Skiausrüstung VSA (FT Ski aber nicht die besten)
- **Helm!!!**
- **Kopflampe**
- Laufschuhe
- Isomatte oder Yogamatte
- Trinkflasche oder Trinkgurt
- Rucksack
- Handtuch
- **Bettwäsche (Kissenbezug, Bedeckenbezug, Bettlaken)**
- Hausschuhe
- Wecker, der nicht ans Handy gebunden ist
- Versicherungskarte
- Dinge des persönlichen Bedarfs & ein kleines Taschengeld

Die Sportler bekommen Vollverpflegung. Das Mitbringen von Süßigkeiten sollte sich in einem vertretbaren Rahmen halten und eine handelsübliche Packung einer Süßigkeit nicht übersteigen. Das Leitungswasser im Hotel ist als Trinkwasser nutzbar. Die Kinder haben demnach jederzeit die Möglichkeit ihre Trinkflaschen aufzufüllen. Das Mitbringen von Videospiele ist NICHT erwünscht. Wir bitten um Verständnis, dass das Handy den SportlerInnen jeweils nur max. 1h am Abend zur Verfügung steht.



**Kosten:** Der Eigenanteil des Lehrgangs beträgt 60,00 EUR und wird nach Kursabschluss über ein vom Konto, das bei der Anmeldung bekanntgegeben wurde eingezogen.

**→→→ Eine Liste aller TeilnehmerInnen findet sich auf der Onlineanmeldeliste ←←←  
→→→ Der Ablaufplan befindet sich auf den nächsten Seiten ←←←**



## Ablaufplan:

### **Freitag, 07.03.2025:**

- 16:00 Uhr Anreise
- 16:30 Uhr Eröffnung und Spaziergang an den Fuß des Scheffelsberg
- 17:00 Uhr Skispringen auf Restschnee am Scheffelsberggletscher 😊
- 19:00 Uhr Abendessen
- 19:45 Uhr Gemeinsames Nachschauen der 4x7,5 km Staffel der Frauen
- 21:30 Uhr Bettruhe

### **Samstag, 08.03.2025:**

- 07:30 Uhr Wecken
- 07:45 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr Abmarsch zu den Erzgebirgsschanzen
- 09:30 Uhr Skitraining FT (Beinarbeit und Agilität)
- 11:30 Uhr Ab auf den Heimweg nach Oberjugel
- 12:15 Uhr Mittagessen
- 12:45 Uhr Live Watchparty zum Finale des 50 km Rennens FT in Trondheim
- 14:30 Uhr Bewegungsspiele im Wald und auf dem Feld
- 18:00 Uhr Abendessen
- 19:00 Uhr VSA Training Potůčky

### **Sonntag, 09.03.2025:**

- 07:30 Uhr Wecken
- 07:45 Uhr Frühstück
- 09:00 Uhr Abmarsch zu den Erzgebirgsschanzen
- 09:30 Uhr Skispringen mit Langlaufski (Schanzen im Eisstadion K4 – K20)  
Motto = Alles kann nichts muss. Jede und jeder versucht für sich den weitesten Sprung zu landen.
- 11:30 Uhr Heimweg nach Oberjugel
- 12:15 Uhr Mittagessen
- 12:45 Uhr Live Daumen drücken zu 50 km FT der Damen in Trondheim
- 14:30 Uhr Skispiele am Scheffelsberggletscher
- 16:30 Uhr Abholung