

**Programm unviern 2022/23**

<i>datum</i>	<i>di</i>	<i>gruppas</i>	<i>uras</i>	<i>nua</i>	<i>trenament</i>	<i>menader</i>
17.12.2022	sonda	dinos	09.30 - 12.00	crap sogn gion	emprem trenament sin skis	Romana
		lufs	09.30 - 12.00	crap sogn gion	emprem trenament sin skis	Duri
		cobras	09.30 - 12.00	crap sogn gion	emprem trenament sin skis	Curdin
24.12.2022	sonda	dinos	09.30 - 12.00	crap sogn gion	partger en gruppas	Samuel
		lufs	09.30 - 12.00	crap sogn gion	partger en gruppas	Curdin
		cobras	09.30 - 12.00	crap sogn gion	partger en gruppas	Roger
07.01.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Duri
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Romana
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Daria
07.01.2023	sonda	curriders	08.00 tochen fin	Obersaxen	ZüriLeu Rennen 2023 - RS Animation <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	
14.01.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Romina
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Timea
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Roger
14.01.2023	sonda	curriders	08.00 tochen fin	Vella	SST Menzli Sport JO Cup <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	

# MENZLI SPORT



CARROSSERIE PIEDER CORAY

datum	di	gruppas	uras	nua	trenament	
21.01.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis (miez di mein portas)	Samuel
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis (miez di mein portas)	Daria
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis (miez di mein portas)	Gieri
22.01.2023	dumengia	curriders 2006 - 2017	08.00 tochen fin	Breil/Brigels	Menzli Sport Ski Cup <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	Curdin
28.01.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Bianca
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Romina
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Timea
29.01.2023	dumengia	curriders mo MINI	08.00 tochen fin	Flims	SST Menzli Sport Mini Cup <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	
04.02.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis (miez di mein portas)	Samuel
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis (miez di mein portas)	Curdin
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis (miez di mein portas)	Duri
05.02.2023	dumengia	curriders	08.00 tochen fin	Disentis	SST Menzli Sport JO Cup <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	
11.02.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Roger
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Gieri
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Deja



<i>datum</i>	<i>di</i>	<i>gruppas</i>	<i>uras</i>	<i>nua</i>	<i>trenament</i>	
12.02.2023	dumengia	curriders mo MINI	08.00 tochen fin	Mundaun	SST Menzli Sport Mini Cup <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	
18.02.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis (miez di mein portas)	Bianca
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis (miez di mein portas)	Gieri
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis (miez di mein portas)	Romina
19.02.2023	dumengia	curriders	08.00 tochen fin	Flims	SST Menzli Sport JO Cup <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	
25.02.2023	sonda	tuts		gonda Ladir	cuorsa dil club, slalom gigant	tuts
26.02.2023	dumengia	curriders mo MINI	08.00 tochen fin	Vals	SST Menzli Sport Mini Cup <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	
04.03.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Duri
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Daria
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament sin skis	Romana
05.03.2023	dumengia	curriders	08.00 tochen fin	Laax	SST Menzli Sport JO Cup <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	
11.03.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis	Samuel
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis	Timea
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis	Roger



U M B A U | I N N E N A U S B A U

datum	di	gruppas	uras	nua	trenament	
12.03.2023	dumengia	curriders mo MINI	08.00 tochen fin	Vuorz	SST Menzli Sport Mini Cup <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	
18.03.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis (miez di mein portas)	Gieri
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis (miez di mein portas)	Daria
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	tecnica sin skis (miez di mein portas)	Deja
25.03.2023	sonda	curriders mini ed JO	08.00 tochen fin	crap sogn gion	Beni ' s Super G , crap sogn gion <b>rinnada, vegn aunc comunicau parcadi baselgia Ruschein " ! organisar sez il transport ! "</b>	Bianca, Timea e Curdin
01.04.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament da skis	Curdin
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament da skis	Roger
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	trenament da skis	Duri
08.04.2023	sonda	dinos	09.30 - 16.00	crap sogn gion	lieur da pastgas cun grillada da miezdi <b>prender cun sez da beiber e per grillar ( detagls suondan da Romina )</b>	Romina, Timea, Gieri e tut tshels menaders che han gust e peda da vegnir
		lufs	09.30 - 16.00	crap sogn gion	lieur da pastgas cun grillada da miezdi <b>prender cun sez da beiber e per grillar ( detagls suondan da Romina )</b>	
		cobras	09.30 - 16.00	crap sogn gion	lieur da pastgas cun grillada da miezdi <b>prender cun sez da beiber e per grillar ( detagls suondan da Romina )</b>	
15.04.2023	sonda	tuts	09.30 - 16.00	crap sogn gion	skis voluntari cun geniturs ed fargliuns ( vegn aunc comunicau !! )	Curdin
26. - 29.05.2023	4 dis	tuts	lager	CS Tenero	camp da sport ed cumpigia ellas tendas giu Tenero <b>detagls suondan da Samuel</b>	tuts

informaziuns ed fotis actualas sin nossa pagina d'internet [www.clubdaskiruschein.ch](http://www.clubdaskiruschein.ch)

- adatg:** midada da program vegn communicau mintgamai tochen venderdis sera avon il trenament !
- rimnada:** rimnada allas 09.30 avon las pendicularas che van si Larnags-Curnius ( ! igl ei buc adina il cass che in menader ei ella posta da skis ! )
- retuorn:** sche la pista crap Masegn - Ruschein ei ufficialmein aviarta essan allas ca. las 16.15 uras sisum al vitg da Ruschein , schiglioc cun la posta
- gruppas:** Mini annadas 2012 - 2015 / JO annadas 2007 - 2011
- absenzas:** adina al trenader responsabel dil trenament

ils menaders/ -ras selegran sin in bi unviern

