

Zeitplan SJMCC Trainingsweekend

Freitag

Ab Anreise

Samstag

8.30 Uhr Besprechung der Trainer
9.00 Uhr gemeinsames Aufwärmen (Sportbekleidung)

10.00-10.15 Uhr Warm up 50ccm (falls vorhanden auf separater Strecke)
10.15-10.35 Uhr Warm up Rest

Anschl. Einteilung in einzelne Gruppen
10.45 Uhr- 11.45 Uhr Training in Gruppen

12.00-13.00 Uhr Mittagspause

13.00-13.10 Uhr Fototermin mit Motorrad
13.15-14.15 Uhr Techniktraining in Gruppen
14.20-14.50 Uhr freies Fahren für Trainer und Eltern (kein Abkürzen)
15.00-16.00 Uhr Techniktraining in Gruppen
16.10-17.00 Uhr freies Fahren für Trainer und Eltern (kein Abkürzen)

Sonntag

9.00 Uhr gemeinsames Aufwärmen (Sportbekleidung)

10.00-10.10 Uhr Warm up 50ccm (falls vorhanden auf separater Strecke)
10.10-10.25 Uhr Warm up Rest
10.35-11.35 Uhr Techniktraining in Gruppen
11.40-12.00 Uhr freies Fahren für Trainer und Eltern (kein Abkürzen)

12.00-13.00 Uhr Mittagspause

13.00-14.00 Uhr Techniktraining in Gruppen
14.05-14.25 Uhr freies Fahren für Trainer und Eltern (kein Abkürzen)
14.30-15.30 Uhr Techniktraining in Gruppen

15.35-17.00 Uhr Strecke zur freien Verfügung (kein Abkürzen)