

## Langlauftraining in St. Jakob im Walde 8.-10.12.2023

Der Allgemeine Sportverband Wien, Fachsparte nordischer Skilauf führt in der Zeit vom 8.12.2023 bis 10.12.2023 einen Skilanglauftrainingskurs durch.

**Ort:** St. Jakob im Walde

**Lehrgangisleiter:** Werner Burmann, LFW Skilauf nordisch

**Trainer:** Christian Vogel. LL-Trainer.

**Teilnehmer:** Mitglieder des ASVÖ – Wien, die sportlichen Langlauf betreiben.

**Unterbringung:** Quartiere beim Gasthof Orthofer, werden beim Eintreffen zugeteilt.

**Anreise:** Individuell mit PKW oder Bahn/Bus  
Eintreffen St. Jakob im Walde, 8.12. bis 13 Uhr LL-Haus Jogllandloipe.

**Programm:** Technikschiulung, Videoanalyse, Nachbesprechung .

**Besonderes:** Die Teilnehmer haben, wenn möglich bereits bei der Anmeldung, ein ärztliches Attest beizubringen, dass gegen eine Kursteilnahme keine ärztlichen Bedenken bestehen. Erhältlich im Institut für Sportmedizin – USZ, Auf der Schmelz 6, 1150 Wien.  
Genügend Sportbekleidung (Sportschuhe, Laufkleidung, ...) ist mitzubringen.

**Kosten:** Die Nächtigungskosten für Jugendliche und aktive Wettkämpfer werden vom ASVÖ Wien getragen, für Fahrt- und Verpflegungskosten muss jeder Teilnehmer selbst aufkommen.

**Anmeldung:** bis spätestens 20.November 2023 an  
Werner Burmann  
e-mail: [burmann@a1.net](mailto:burmann@a1.net)

Bei zu großer Teilnehmerzahl behält sich die Kursleitung die Auswahl der Teilnehmer nach sportlichen Gesichtspunkten vor (Jugendliche werden bevorzugt).

Mit sportlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'W. Burmann', is placed below the text 'Mit sportlichen Grüßen'.

Werner Burmann  
Allgemeiner Sportverband Österreichs  
Landesverband Wien, Fachsparte Nordischer Skilauf