

Langlauf beim SC Hochvogel

Beste Bedingungen im Ostpark für den bekanntesten Club Münchens

Der Winter ist endlich angekommen und die Langlauf Abteilung des SC Hochvogel ist bestens darauf vorbereitet.

Seit Anfang des Sommers trainieren die Langläufer des Clubs für die anstehende Wintersaison. In ihrem Training laufen sie auf Skirollern und verbessern so ihre Skitechnik. Mit dem Herbstanfang wird das Hauptaugenmerk des Trainings auf die Kondition und Kraftausdauer gelegt. Damit im Winter die benötigte Grundlagen vorhanden sind, trainieren die Fortgeschrittenen mehrmals in der Woche.

Beste Bedingungen für den bekanntesten Clubheim

Das Clubheim des SC Hochvogels ist direkt am Ostpark gelegen, was einmalige Vorteile bietet. Der Ostpark ist mit seinen Hügeln ein ideales Trainingsgebiet für alle Langläufer. Im Winter werden hier von der Stadt Loipen gespurt und an manchen Tagen ist sogar am Abend das Flutlicht angeschaltet. Somit bestehen hier die besten Trainingsbedingungen in ganz München. Seit Jahren ist der SC Hochvogel in München der bekannteste und aktivste Langlauf Club.

Die Jugendarbeit des Vereins wird stetig ausgebaut und die Mitgliederzahlen wachsen dementsprechend. Was auch an der kostenlosen Benutzung des Materials (Ski, Skiroller, Stöcke) für alle Kinder und Jugendlichen liegen mag oder an den sehr moderaten Mitglieder Beiträgen.

Trainingslager für Kinder mit ausgebildeten Betreuern

Der Verein bietet Kindern im Winter die Möglichkeit, an einem Trainingslager am Spit-



Robin Frost, Kader-Mitglied des SC Hochvogels auf dem Dachstein.
Foto: privat

zingsee oder an verschiedenen Rennen teil zu nehmen. Für alle die Langlauf als Leistungssport betreiben wollen, bietet der SC Hochvogel einen Trainingsplan an. Der Weg in ein BSV Kader ist durch die gut ausgebildeten Trainer jederzeit möglich.

Wer Interesse am Langlauf hat, kann gerne zu einem unverbindlichen Schnuppertraining vorbei kommen: jeden Donnerstag von 17 bis 18.30 Uhr oder jeden Dienstag von 17 bis 18.30 Uhr. Um Voranmeldung unter Telefon 72 30 95 36 wird gebeten.