

**RACE
CENTER
BENNI RAICH**



www.race-center.at

TERMINE 2023/'24

**WE
LOVE
WHAT WE DO.**



WE LOVE WHAT WE DO.

Liebe Skisportfreunde!

Freude am Schifahren, Freude am Sport, Spaß an der Bewegung....das sind die Faktoren die den Schisport für mich so schön machen.

Um in der Lage zu sein zum richtigen Zeitpunkt seine top Leistung abzurufen, gehört jede Menge Vorbereitung auf Schnee, aber auch im konditionellen Bereich dazu.

Das kann manchmal hart sein, aber das Gefühl wenn ich Schi fahre und mir ein perfekter Schwung gelingt versetzt mich immer wieder in Begeisterung und motiviert weiterzuarbeiten.

In diesem Sinne wünsche ich euch weiterhin viel Spaß beim Training, viel Erfolg und Begeisterung auf der Suche nach dem perfekten Schwung.

Euer **Benni Raich**



**RACE
CENTER**
BENNI RAICH



WE LOVE WHAT WE DO

Liebe Sportfreunde!

Nach 11 Jahren als Trainer im alpinen Skiweltcup kehre ich an meine alte Wirkungsstätte zurück. Mit Freude blicke ich auf die letzten Jahre als verantwortlicher Gruppentrainer des Österreichischen Skiverbandes mit schönen Erfolgen wie zum Beispiel den Super-G WM Titel in Beaver Creek und den Abfahrtsieg in Wengen von Hannes Reichelt zurück.

Ganz speziell war auch der Super-G Sieg von Mayer Matthias in Kitzbühel und natürlich nicht zu vergessen die großartigen Erfolge meines Bruders Benjamin.

Die Erfahrung die ich im Weltcup in allen Disziplinen gesammelt habe möchte ich nun in eure Weiterentwicklung einfließen lassen.

Euer **Florian Raich**

**RACE
CENTER
BENNI RAICH**



TEAM

**WE
LOVE**
WHAT WE DO.



Raich Florian
Direktor



Schmid Alfons
Head Coach
Champion-Ski-Team



Schmid Harald
Leitung Skicamps
Techniktrainer



Gundolf Reinhard
Techniktrainer
Individual Trainer



**Tschuggnall
Johannes**
Camptrainer



Schöffel
Ich bin raus.



**Hol dir Dein
Benni Raich Outfit!**

Herren
SKI OUTFIT PONTRESINA

CHAMPIONS-SKI-TEAM



FÜR FIS-RENNLÄUFER

Im Champion Ski Team bieten wir eine professionelle Betreuung nach Vorbild des Österreichischen Skiverbandes. Ein erfahrenes, professionelles Trainerteam betreut sie ganzjährig und führt sie zu Höchstleistung in der jeweiligen Disziplin.

Profitieren Sie von einer Gruppengröße von maximal 4 Rennläufern die von bis zu zwei Trainern betreut werden.

Das Training findet am Pitztaler Gletscher und in den Skigebieten Riffisee und Hochzeiger statt. Die Pisten werden je nach Trainingsziel gewählt.

Für eine erfolgreiche Zusammenarbeit haben wir folgende Vorgehensweise:

- **Einführungsgespräch**
- **Gemeinsame Zielsetzung**
- **Trainingsplanung**
- **Trainingsdurchführung**
- **Wettkampfvorbereitung**
- **Wettkampfbegleitung**
- **Unterstützung bei der Materialabstimmung**

SAAS-FEE 2024	SF
	02.09. - 10.09.2024
PREIS AUF ANFRAGE!	

INDIVIDUALTRAINING



Profitieren Sie von einer Gruppengröße von maximal 4 Rennläufern! Das Individualtraining wurde vom Race Center Benni Raich eingeführt um für den Athleten neue Reize zu schaffen und eine gewisse Abwechslung in den Trainingsalltag zu bringen. Wir, im Race Center Benni Raich stimmen unser Training individuell je nach Trainingsperiode ab. Das Training wird von einem erfahrenen, professionellen Trainer gesteuert und mit folgenden Schwerpunkten durchgeführt:

- Altersorientierte Technikschiulung
- Spezifisches Wettkampftraining in SL, GS und SG
- Einführung in die Wettkampftaktik (Startvorbereitung, Linienwahl, Besichtigung)
- Optimierung der Materialabstimmung
- Quick Videoanalyse direkt am Hang in eigens eingerichteten Räumen. Ein vom Race Center Benni Raich zusammengestelltes Analyseprogramm das die Technik- oder Linienfehler für den Athleten sichtbar macht. Denn das Video Feedback zwischen den Trainingsläufen gibt dem Athleten die Möglichkeit die Korrektur des Trainers der Bewegungsabläufe und des Bewegungsgefühls zu verstehen und unmittelbar beim nächsten Trainingslauf darauf zu reagieren und zu verbessern.
- Videoanalyse nach dem Training mit Lehrvideos von Weltcup Läufern.
- Zeitnahme nach Trainingsstand



INDIVIDUAL TRAINING



SLALOMCAMPS



Die konstanten, gleichbleibenden Verhältnisse und einfachen Bedingungen sind hervorragend um einen stressfreien Slalomaufbau durchzuführen und diesen durch eine sehr hohe Intensität zu festigen.

Es ist für uns auch sehr wichtig, dass das „Alpincenter“ in Wittenburg, eine der längsten und steilsten Skihallen Europas, mehrere Auswahlmöglichkeiten an Pisten hat.

Um dem sogenannten „Gries“ als Oberschicht auszuweichen wird auf Wunsch die Piste nicht jeden Tag präpariert. Somit friert der Schnee besser zusammen und entspricht den Rennverhältnissen.





Trainingsinhalte:

- Geführtes freies Einfahren mit Technikschiung
- Stangengebundener Technikaufbau
- Slalomtraining
- Riesenslalomtraining
- Geführtes freies Ausfahren mit Technikschiung
- Tipps zur Skipräparation
- Quick Videoanalyse direkt am Hang in eigens eingerichteten Räumen

Ein vom Race Center Benni Raich zusammengestelltes Analyseprogramm das die Technik- oder Linienfehler für den Athleten sichtbar macht. Denn das Video Feedback zwischen den Trainingsläufen gibt den Athleten die Möglichkeit die Korrektur des Trainers der Bewegungsabläufe und des Bewegungsgefühls zu verstehen und unmittelbar beim nächsten Trainingslauf darauf zu reagieren und zu verbessern.





Ein speziell für unsere Mastersfahrer abgestimmtes Trainingsprogramm:

- Heranführen an das persönliche Limit
- Dem Leistungsniveau unserer Läufer angepasste Kurssetzung und Geländewahl
- Information über Materialabstimmung und neueste Skipräparation
- Vorwiegend Riesentorlauftraining, auf Wunsch Super-G und Slalom Training
- Videoanalyse
- Zeitnahme





Trainingsinhalte:

- Geführtes freies Einfahren mit Technikschiung
- Slalomtraining
- Riesenslalomtraining
- Geführtes freies Ausfahren mit Technikschiung
- Quick Videoanalyse direkt am Hang:

Die Trainer nehmen gewisse Mängel im schitechnischen Bereich heraus, somit kann der Athlet die Korrektur des Trainers und die Bewegungsabläufe sowie das Bewegungsgefühl verstehen und unmittelbar beim nächsten Trainingslauf darauf reagieren und verbessern.

- Zeitnahme nach Trainingsstand
- Videoanalyse nach dem Training mit Lehrvideos von Weltcup Läufern





Trainingsinhalte:

- Geführtes freies Einfahren mit Technikschiulung
- Slalomtraining
- Riesenslalomtraining
- Geländefahren (Buckelpiste)
- Quick Videoanalyse direkt am Hang in eigens eingerichteten Räumen. Ein vom Race Center Benni Raich zusammengestelltes Analyseprogramm das die Technik oder Linienfehler für den Athleten sichtbar macht. Denn das Video Feedback zwischen den Trainingsläufen gibt den Athleten die Möglichkeit die Korrektur des Trainers der Bewegungsabläufe und des Bewegungsgefühls zu verstehen und unmittelbar beim nächsten Trainingslauf darauf zu reagieren und zu verbessern.
- Videoanalyse nach dem Training mit Lehrvideos von Weltcup Läufern
- Zeitnahme nach Trainingsstand





Trainingsinhalte:

- Geführtes freies Einfahren mit Technikschiulung
- Slalomtraining
- Riesenslalomtraining
- Geländefahren (Buckelpiste)
- Technikschiulung
- Quick Videoanalyse direkt am Hang. Die Trainer nehmen gewisse Mängel im schitechnischen und taktischen Bereich heraus, somit kann der Athlet die Korrektur des Trainers und die Bewegungsabläufe sowie das Bewegungsgefühl verstehen und unmittelbar beim nächsten Trainingslauf darauf reagieren und verbessern.
- Videoanalyse nach dem Training mit Lehrvideos von WC Läufern.
- Zeitnahme nach Trainingsstand





Trainingsinhalte:

- Geführtes Einfahren mit Speed Ski
- Stangengebundener Technikaufbau (Gleitkurven)
- Quick Videoanalyse direkt am Hang. Die Trainer nehmen gewisse Mängel im schitechnischen und taktischen Bereich heraus, somit kann der Athlet die Korrektur des Trainers und die Bewegungsabläufe sowie das Bewegungsgefühl verstehen und unmittelbar beim nächsten Trainingslauf darauf reagieren und verbessern.
- Videoanalyse nach dem Training mit Lehrvideos von Weltcup Läufern
- Zeitnahme nach Trainingsstand





Trainingsinhalte:

- Freies Skifahren mit Technikschiulung
- Stangengebundener Technikaufbau
- Slalomtraining
- Riesenslalomtraining
- Quick Videoanalyse direkt am Hang. Die Trainer nehmen gewisse Mängel im schitechnischen und taktischen Bereich heraus, somit kann der Athlet die Korrektur des Trainers und die Bewegungsabläufe sowie das Bewegungsgefühl verstehen und unmittelbar beim nächsten Trainingslauf darauf reagieren und verbessern.
- Konditionstraining dem Leistungsvermögen des Athleten angepasst. Mit den Schwerpunkten Koordination, Laufschiule und Rumpfttraining so wie Spiele.
- Skipräparation für unsere Kleinen durch die Trainer, bei den Großen wird die Skipräparation überwacht und geschult.
- Videoanalyse am Abend mit Lehrvideos von Weltcup Läufern.



MASTERCAMPS 2023



M 1	M 2	M 3
17.11. - 19.11.2023	24.11. - 26.11.2023	01.12. - 03.12.2023
M 4	M 5	
04.12. - 08.12.2023	11.12. - 15.12.2023	

WEIHNACHTSCAMPS 2023/24



W 1	W 2
27.12. - 31.12.2023	02.01. - 06.01.2024

FASCHINGSCAMPS 2024



F 1	F 2	F 3	F 4
05.02. - 09.02.2024	12.02. - 16.02.2024	19.02. - 23.02.2024	26.02. - 01.03.2024

OSTERCAMPS 2024



O 1 25.03. - 06.04.2024 *

*Bitte wählen Sie das Datum und die Anzahl der Trainingstage aus!

SKIHALLE 2024



SL 1	SL 2	SL 3-FIS
09.08. - 11.08.2024	13.08. - 15.08.2024	16.08. - 18.08.2024
Anreise 08.08.2024	Anreise 12.08.2024	Anreise 15.08.2024
SL 4-FIS	SL 5	SL 6
21.08. - 24.08.2024	23.08. - 25.08.2024	26.08. - 28.08.2024
Anreise 20.08.2024	Anreise 22.08.2024	Anreise 25.08.2024
SL 7		
29.08. - 31.08.2024		
Anreise 28.08.2024		

SPEEDWOCHENENDE 2024



SP 1 01.05. - 05.05.2024

FEIERTAGECAMPS 2024



Himmelfahrt	Pfingsten 1
09.05. - 12.05.2024	18.05. - 20.05.2024
Pfingsten 1	Fronleichnam
21.05. - 25.05.2024	30.05. - 02.06.2024

SOMMERCAMPS 2024 - Für **5-6 Tage** Training



S 1	S 2	S 3
09.06. - 14./15.06.2024	16.06. - 21./22.06.2024	23.06. - 28./29.06.2024
S 4	S 5	S 6
30.06. - 05./06.07.2024	07.07. - 12./13.07.2024	14.07. - 19./20.07.2024
S 7	S 8	S 9
21.07. - 26./27.07.2024	28.07. - 02./03.08.2024	04.08. - 09./10.08.2024
S 10		
11.08. - 16./17.08.2024		

HERBSTCAMPS 2024



H 1	H 2
30.09. - 04.10.2024	07.10. - 11.10.2024
H 3	H 4
14.10. - 18.10.2024	21.10. - 02.11.2024 *

*Bitte wählen Sie das Datum und die Anzahl der Trainingstage aus!



WHEN EVERY TURN MATTERS

—
WHETHER IT'S SHORT
OR LONG - REDSTER X



atomic.com



**WE
LOVE
WHAT WE DO.**

**RACE
CENTER
BENNI RAICH**



www.race-center.at

-  Oberleins 9 | A-6471 Arzl
-  ++43 664 4575 720
-  info@race-center.at

 **Schöffel**
Ich bin raus.

 **ATOMIC**


UNICA


LEKI