

Ylimenokausi n. 15.4-15.5

- 2-4 lajiharjoitusta viikossa
- osalla laskijoista 2 leiriä 4-5 pv. Pituisia
- laskemisesta nauttimista
- erilaisia olosuhteita tarjolla
- omien kehitysalueiden treenausta
- välineiden testausta
- seuraavan kauden suunnittelu
- 2-3 fysiikkatreeniä viikossa

Huhtikuu-
toukokuu
ylimenokausi