

## Information Trainingsweekend 15. und 16. Dezember 2018

Liebe Athletinnen und Athleten, liebe Eltern und Erziehungsberechtigte

Um fit und motiviert in die Wintersaison zu starten oder diese fortzusetzen, findet Ende Jahr ein Trainingsweekend in Bolligen statt. Am Samstag werden mit der LA2 und der LA3 Gruppe diverse Leichtathletik Disziplinen trainiert. Am Abend dürfen diese Athletinnen und Athleten in der Turnhalle übernachten. Am Sonntag dürfen dann alle Leichtathletikgruppen an einem Spieltournament teilnehmen. Wir freuen uns über zahlreiche Anmeldungen.

**Was:** Training und Übernachtung am Samstag für LA2 und LA3, Spieltournament am Sonntag mit allen LA Gruppen

**Datum:** Samstag und Sonntag, 15. und 16. Dezember 2018

**Ort:** Sporthallen Lutertal, Bolligen

**Programm:** Samstag (LA2 und LA 3)  
13.30 Uhr bis 17.30 Uhr: Training in den Lutertal Hallen in Bolligen

Samstagabend (LA2 und LA3)  
17.30 Uhr bis 21.00 Uhr: Duschen/Abendessen/Abendprogramm  
22.00 Uhr: Nachtruhe

Sonntag (alle LA Gruppen)  
8.00h: Morgenessen (nur LA2 und LA3 Gruppen)  
9.00h Uhr - 12.00 Uhr: Spieltournament (alle Gruppen)

**Wichtiges:** Die Athletinnen und Athleten sind Tag und Nacht betreut. Zwischenverpflegung für den Vormittag am Sonntag bringen die Teilnehmer selber mit. Für Verpflegung am Samstagabend und am Sonntagmorgen sorgt das Trainerteam.

Das Trainingsweekend ist eine Sportveranstaltung. Alkohol, Drogen und Nikotin sind nicht toleriert. Bei Konsum dieser Substanzen oder nicht Einhalten einer Regel, müssen Beteiligte das Trainingsweekend verlassen.

Smartphones und weitere elektronische Geräte lassen die Teilnehmer zu Hause oder geben diese den Betreuern ab. Das Trainerteam sorgt für genügend Unterhaltung.

Wer nur einen Tag am Trainingsweekend teilnehmen möchte/kann, meldet sich unter [leichtathletik@tvbolligen.ch](mailto:leichtathletik@tvbolligen.ch).

Weitere Infos zum Trainingsweekend wie bspw. die Packliste und das genaue Programm, folgen nach Anmeldung.

**Kosten:** 20.-  
(Nur für Athletinnen und Athleten der LA2 und LA3 Gruppe, welche Verpflegung konsumieren)

**Betreuer:** Simone Rohrer, Muriel Steiner, Gregor Dähler, Markus Joho

**Anmeldung:** <https://doodle.com/poll/kbzddp647upch399>

Wir freuen uns auf ein tolles und cooles Trainingsweekend!  
Eure Trainer ☺