

## Ausschreibung Trainingslager in Kreuzlingen am Bodensee vom Mittwoch, 19. April 2023 – Samstag, 22. April 2023

### Liebe Kids und Eltern

Vom 19. – 22. April 2023 findet seit langer Zeit wieder einmal ein Trainingslager der Leichtathletikgruppe des TV Bolligen statt. Das Trainingslager findet in Kreuzlingen am wunderschönen Bodensee statt.

Welche Ziele verfolgen wir mit diesem Lager?

- Vorbereitung auf die Sommer-Wettkampfsaison, die im Mai beginnt: Da wir viel Zeit zum Trainieren haben, können wir uns vertieft mit den einzelnen Disziplinen auseinandersetzen und haben gleichzeitig auch mehr Zeit für die Erholung und für gemeinsame Erlebnisse.
- Die Kids werden einige Tage von zu Hause weg sein; wir möchten damit ihre Persönlichkeit und Selbstständigkeit weiter entwickeln.
- Wir möchten den Kids ein bleibendes Erlebnis bieten, an dem sie viel Spass haben und von welchem sie noch lange erzählen werden.



### Hier die wichtigsten Infos zum Trainingslager in der Übersicht:

**Lagerdauer:** Mittwoch, 19. April – Samstag, 22. April 2023

**Lagerort:** Unterkunft: Jugendherberge Kreuzlingen, Promenadenstrasse 7, 8280 Kreuzlingen, 071 688 26 63. Wir übernachten in Mehrbettzimmern (max. 6-8 Kids pro Zimmer). Die Jugendherberge liegt im Seeburgpark Kreuzlingen 150m vom See entfernt.

Trainingsanlage: Leichtathletikanlage Burgerfeld, Unterer Schulweg, 8280 Kreuzlingen. Die Leichtathletik-Anlage liegt nur 8 Gehminuten von der Jugendherberge entfernt.

**Hinreise:** Mittwoch, 19. April 2023, 09.00 Uhr ab Schulhaus Lutertal.  
Wir fahren mit dem Car nach Kreuzlingen.

**Rückreise:** Samstag, 22. April 2023, ca. 16.30 Uhr zurück beim Schulhaus Lutertal.  
Die Rückreise erfolgt ebenfalls mit dem Car.

**Teilnehmer:** Teilnahmeberechtigt sind alle Kids der LA-Gruppen 1-3. LA-Starters (Jg. 2014) können teilnehmen, sofern der Hauptleiter Marc Stadelmann sein ok gegeben hat. Bitte vor der Anmeldung mit ihm Kontakt aufnehmen (Achtung: Platzzahl auf 31 Kids beschränkt; sollten wir mehr Anmeldungen haben, werden die Plätze wie folgt vergeben: Fördergruppe – Wettkampfkids – Alter der Kids (Priorität haben die älteren).

**Kosten:** CHF 270.- pro Teilnehmer:in (dank der Unterstützung aus dem Jugendfonds des TV Bolligen können wir die Lagerkosten unter CHF 300.- drücken; sollte jemand mit dem Lagerbeitrag Mühe bekunden, soll er sich doch bitte an die Lagerleitung (s. unten) wenden).  
Der Lagerbeitrag ist bis am 12. April 2023 einzuzahlen auf das Konto des TV Bolligen (IBAN CH69 0079 0016 6023 4015 5). Für eine Zahlung per Twint bitte den QR-Code auf der linken Seite verwenden (gleiches Konto wie TV Bolligen – Kids Cup).



TV Bolligen - Kids Cup



**Lagerleitung:** Christoph und Marc Stadelmann. Bitte wendet euch für alle Fragen an sie.

**Leiterteam:** Cyrill Dammann, Markus Joho, Simone Rohrer, Marc und Christoph Stadelmann, Muriel Steiner.

**Anmeldung:** Bis 31. Januar 2023 mittels beiliegendem, unterzeichnetem Anmeldeformular an [leichtathletik@tvbolligen.ch](mailto:leichtathletik@tvbolligen.ch).

**Programm:**

	Mittwoch, 19. April	Donnerstag, 20. April	Freitag, 21. April	Samstag, 22. April
		<b>Tagwache 08.00 Uhr, Frühstück 08.30, Abmarsch zum Training 09.15 Uhr</b>		
Morgen 09.30 – 11.30 Uhr	Anreise Treff: <b>09.00 Uhr</b> Parkplatz Schulhaus Lutertal	LA-Training (2 Blöcke)	Ausflug	Packen / Abschlusstraining / Spiel
<b>Mittagessen (12.00 Uhr) – anssl. Zeit zur freien Verfügung (Abmarsch zum Training 13.45 Uhr)</b>				
Nachmittag 14.00 – 16.00 Uhr	LA-Training (2 Blöcke) anschl. Duschen/Zeit zur freien Verfügung	LA-Training (2 Blöcke) Anschl. Duschen/Zeit zur freien Verfügung	LA-Training (2 Blöcke) Anschl. Duschen/Zeit zur freien Verfügung	Rückfahrt (zurück in Bolligen ca. 16.30 Uhr)
17.00 Uhr	Lagerinfos/Theorie	Theorie	Theorie	
<b>Abendessen (18.00 Uhr)</b>				
Abend 19.00 - 20.30 Uhr	Abendprogramm	Abendprogramm	Abendprogramm	
Nachtruhe: 21.15 Uhr alle im Zimmer (Einzug Handys – werden beim Frühstück zurück gegeben), spätestens 22.00 Uhr Lichterlöschen für alle)				



## Anmeldung

Hiermit melde ich folgendes Kind für das Trainingslager vom 19. – 22. April 2023 in Kreuzlingen an:

Vorname und Name Kind: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum: \_\_\_\_\_

Adresse, Postleitzahl und Ort: \_\_\_\_\_

Notfallnummern:

Person 1:	Person 2:
Vorname, Name:	Vorname, Name:
Telefon-Nummer(n):	Telefon-Nummer(n):

**Essen (bitte ankreuzen):**

ich esse Fleisch                       ich esse vegetarisch

**Allergien und Unverträglichkeiten:**

Unser Kind hat folgende Allergien und Unverträglichkeiten (falls keine bekannt, «keine» schreiben):

\_\_\_\_\_

**Medikamente, die regelmässig (oder im Notfall) eingenommen werden müssen:**

\_\_\_\_\_

**Reisevollmacht für das Reisen mit minderjährigen Personen (bitte ankreuzen):**

- Ich bin einverstanden, dass die obenstehende minderjährige Person im Rahmen des Trainingslagers in Kreuzlingen/Konstanz vom 19.4. – 22.4.2022 in Begleitung einer Betreuungsperson des TV Bolligen nach Deutschland einreisen darf (Verantwortliche Lagerleiter: Christoph Stadelmann, Bodenacker 69, 3065 Bolligen, +41 (0)79 215 90 13) / Marc Stadelmann, Fluracker 60, 3065 Bolligen +41 (0)79 300 03 63)

Ort und Datum:

Unterschrift erziehungsberechtigte Person:

Die Anmeldung ist bis zum 31. Januar 2023 einzureichen an [leichtathletik@tvbolligen.ch](mailto:leichtathletik@tvbolligen.ch).

## Ausrüstung, Packliste:

### Allgemeines:

- ✓ Identitätskarte
- ✓ Unterwäsche und Socken
- ✓ Warmer Pullover und Hosen für die Reise, die Abende und den Ausflug
- ✓ Warme Jacke (Aprilwetter)
- ✓ Toilettenartikel (Zahnbürste, Zahnpasta, Crème, Deo, Shampoo, Sonnencreme, Lippenpommade etc.)
- ✓ Pflasterli / Desinfektionsmittel für Selbstversorgung kleiner Wunden
- ✓ Frottiertuch, Duschmittel
- ✓ Taschentücher
- ✓ Dreck-Wäschesack
- ✓ Evtl. persönliche Medikamente
- ✓ Taschengeld
- ✓ Hausschuhe
- ✓ Pyjama oder ähnliches zum Schlafen
- ✓ Kleine Spiele, Karten, Taschenbuch, Bücher etc.
- ✓ Papier, Schreibzeug, Taschenlampe
- ✓ Evtl. Handy\*, Ladegerät, Kopfhörer
- ✓ Wer hat und will: Tischtennis-Schläger

Schlafsack muss nicht mitgenommen werden!

### Für den Sportbetrieb:

- ✓ Kleiner Rucksack für den täglichen Trainingsbetrieb (zum Mitnehmen der Stachelschuhe, Trinkflasche, etc.). Rucksack bereits für das erste Training am Mittwochnachmittag packen, da wir uns dann auf der Sportanlage (und nicht in der Jugendherberge) umziehen werden.
- ✓ Laufschuhe
- ✓ Nagelschuhe (wenn vorhanden)
- ✓ Ausreichend Turnhosen und T-Shirts
- ✓ Langarmshirts
- ✓ Tights lang/kurz (wenn vorhanden)
- ✓ Trainingsanzug
- ✓ Regentrainer / Regenjacke
- ✓ Trinkflasche (Bidon)
- ✓ Sonnenhut, Sonnenbrille und Sonnencreme!

\* Hinweis zum Handy-Gebrauch: Die Handys werden für die Nachtruhe eingesammelt und den Kids nach dem Frühstück wieder zurück gegeben. Das Wecken am Morgen übernehmen die Leitenden....