

Liebe Kinder, Eltern und Ski Club Mitglieder

Wir möchten Euch zum Trainingswochenende am Herzogenhorn einladen.

Programm:

Anreise 1 Freitag:

15:00 Uhr Rathaus St. Märgen, Treffpunkt für gemeinsame Anreise

15:45 Uhr Parkplatz Grafenmatt

16:00 Uhr Gepäckverladung auf Raupenfahrzeug (Eine spätere Anreise ohne Gepäcktransport ist jederzeit möglich)

16:15 Uhr Mit Langlaufski für die Gruppen ABC und Per Fußmarsch, oder mittels Schlepplift für Gruppe D und E Anreise zum Leistungszentrum Herzogenhorn

16:45 Uhr Ankunft, Zimmer beziehen...

18:00 Uhr Abendessen

Abendprogramm

Anreise 2 Samstag:

7:00 Uhr Rathaus St. Märgen, Treffpunkt für gemeinsame Anreise

8:00 Uhr Parkplatz Grafenmatt

8:15 Uhr Gepäckverladung auf Raupenfahrzeug

8:30 Uhr Per Fußmarsch, oder mittels Schlepplift Anreise zum Leistungszentrum Herzogenhorn

7:00 Uhr Frühsport

7:30 Uhr Essen

9:00 Uhr Klassik

12:00 Uhr Essen

14:00 Uhr Skating, Die Gruppe E und ggf. D Spiel in der Halle

18:00Uhr Essen

am Abend: Spiel Halle

Rückreise Sonntag:

7:00 Uhr Frühsport

7:30 Uhr Essen

8:00 Uhr Zimmer Räumen

9:00 Uhr Klassik

12:00 Uhr Essen

13:00 Uhr Abschlussprogramm

14:00 Uhr Rückreise zum Parkplatz Alpine Fahrformen skating

15:00 Uhr Treffpunkt Rückfahrt Parkplatz Grafenmatt

Training für Erwachsene:

Bei Interesse bieten wir am Samstag ein Techniktraining in Classic und Skating für Erwachsene an

Änderungen im Programm Vorbehalten

Anmeldung:

Bis zum 03. Oktober über Spond „ Veranstaltung Trainingslager“ Teilnahme bestätigen oder alternativ per Mail an georgfaller@web.de.

Bezahlung bis zum 3.12.23:

Kosten bitte entsprechend eurer Anmeldung überweisen: Ski-Club St. Märgen,
Volksbank Freiburg: IBAN:DE65 6809 0000 0020 6066 06

Freitag bis Sonntag (Vollpension inkl. Mittagessen am Sonntag):

Kinder 140€, Erwachsene 164€

Samstag bis Sonntag (Vollpension inkl. Mittagessen am Sonntag und Zuschlag für eine Nacht: Kinder 105€, Erwachsene 119€

nur Samstag fürs Mittagessen: 15€

Bei einer Absage sind Stornogebühren selbst zu tragen.

Verpflegung:

Im Preis inbegriffen sind Frühstück, Mittagessen und Abendessen, Getränke oder Snacks müssen vor Ort separat bezahlt werden. Insbesondere sollte den Kindern Geld für Getränke mitgegeben werden.

Packliste:

Bedingt durch die Anreise per Schlepplift oder Fußmarsch beschränken wir uns auf das Notwendigste!

- Komplette Langlaufausrüstung für Klassik und ggf. auch für Skating. (Sofern vorhanden in einem Ski Sack) Ski- Gleitflächen lafbereit präpariert!
- Langlaufkleidung, Handschuhe... idealerweise auch Wechselkleidung und ein 2. Paar Handschuhe Mütze usw.
- Schneehose, Winterjacke, Winterschuhe, Dicke Handschuhe und Mütze
- Kleidung und Turnschuhe für die Turnhalle
- Freizeitkleidung für die Pausenzeiten und den Abend
- Hausschuhe
- Schlafanzug
- Unterwäsche
- Handtücher sind vorhanden
- Geld für Getränke
- Ggf. Proviant für Zwischenmahlzeiten
- Stirnlampe
- Trinkflasch

Nach dem Motto: So viel wie nötig, so wenig wie möglich!

Falls wider Erwarten kein Schnee liegen sollte, würden wir ein ähnliches Programm mit ggf. auch Einsatz von Skirollern oder Inlinern durchführen.

Wir freuen uns auf ein schönes Wochenende mit Euch

Euer Ski Club und Eure Trainer