



# Trainingslager Laax 2017

---

<b>Treffpunkt Neu!!</b>	Samstag 30. September 2017, <b>8 00 Uhr!!!</b> <b>Parkplatz Restaurant Hard (Endstation 3er) Birsfelden</b> Busfahrt (Hardegger Reisen Birsfelden)
<b>Rückreise Neu!</b>	Samstag 7. Oktober 2016, Ankunft ca. 13.30 Uhr <b>Parkplatz Restaurant Hard (Endstation 3er) Birsfelden</b>
<b>Einzahlen</b>	Bitte bis Ende September einzahlen. <i>Schwimmclub Birsfelden</i> <i>4127 Birsfelden</i> <i>Konto Nr. 40-19743-8</i> <i>IBAN CH4709000000400197438</i> Bei finanziellen Fragen bitte Frau Minder anrufen Natel: 079 510 71 58 Mail: minder@rrmetallbau.ch
<b>Lageradresse</b>	Casa da Horgen 7031 Laax / GR Tel. 079 410 87 66 (Natel Claudia Roditscheff "Bolle")

Falls ihr Fragen habt, könnt ihr euch gerne an Claudia Roditscheff «Bolle» wenden. (Tel.: 079 410 87 66)

Wir freuen uns auf ein spannendes, erfolgreiches und tolles Lager.

Sportliche Grüsse

Eure Trainer

(Packliste auf der nächsten Seite)

# Trainingslager Laax 2017

## Pack-Liste

- Kein Natel oder sonstige Elektronische "Hitech"- Geräte** (erst ab 18 Jahren! Bei Notfällen, Heimweh etc. ist es jederzeit möglich, mit Claudia Roditscheffs Handy zu telefonieren oder ihr anzurufen → **Tel.: 079 410 87 66**)
- kein** Schlafsack und **keine** Bettwäsche
- Bitte alle Wert- und Badesachen anschreiben!**

- Ausgefülltes und visiertes **Personalienblatt** (vor der Abfahrt an "Bolle" abgeben für **Alle obligatorisch!!!**)
- Rucksäckli (für Training und kleine Wanderungen)
- Kleines Z´nüni für den Samstag
- Trink-Flasche zum wieder befüllen → für während dem Training und der Wanderung!
- 2 Badekleider / Badehosen (Schwimmer)
- Badetücher
- Zoomers** (wer keine hat → mit dem zuständigen Trainer vor dem Trainingslager besprechen!)
- Schwimmbrille
- Badekappe für lange Haare
- Waschutensilien und Toilettenartikel
- Traineranzug des ScBirs (wer einen hat)
- Turnkleider, Turnschuhe (falls vorhanden Joggingsschuhe)
- Gute Schuhe (gute Turnschuhe!!!)
- Finken oder Hüttenschuhe**, keine „Zoggeli“, **obligatorisch**
- Kleider und Wäsche für den täglichen Gebrauch
- Pyjama
- Regenschutz & warme Kleider (**Kappen, Handschuhe, Schal... → Es kann sehr kalt werden!**)
- Spiele, Jasskarten, Ping Pong etc. freiwillig
- Etwas zum Lesen (Roman, Comic, Bilderbuch... freiwillig)
- Schreibzeug
- Taschenlampe (freiwillig)

### **Extras für Wettkampfgruppe (obligatorisch):**

- Finger Paddles
- Paddles
- Terraband (rot/grün)
- Springseil

# Trainingslager Laax 2017

## Personalien

Name: .....

Adresse: .....

.....

Geburtsdatum: .....

Kontaktadresse der Eltern während des Lagers:

.....

.....

Nimmt Ihr Kind Medikamente ein?  Ja  Nein  
Wenn Ja welche und wieso?

.....

.....

Hat ihr Kind irgendwelche Allergien?  Ja  Nein  
Wenn Ja welche?

.....

.....

Gibt es physische oder psychische Angelegenheiten über die der Trainer informiert sein sollte?

Ja  Nein

Wenn Ja welche?

.....

.....

Name und Adresse des Hausarztes: .....

.....

**Ihre Angaben werden vertraulich behandelt.**