

Christoph Urech
Cheftrainer TGM BOSV/SSM U16 nordisch
Hengstrain 2
3144 Gasel

Juni 2010

Aufgebot Kurs 2 Plasselb: Einführung Kader 12. Juni 2010

Kursort	Schulhaus Plasselb
Anreise	Individuell
Treffpunkt	Samstag, 12. Juni um 9.30 Uhr vor der Turnhalle Schulhaus Plasselb: http://map.search.ch/d/ti2zjhlj
Kursschluss	Samstag, 12. Juni um ca. 16.00 Uhr
Thema	Einführung Kaderbetrieb
Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none">• Laufausrüstung für jede Witterung sowie die Halle• Hallenschuhe (mit nicht färbenden Sohlen!)• Trockene Kleidung für das Mittagessen und für die Heimreise (Duschmöglichkeit vorhanden)• Getränke, Zwischenverpflegung• Rollskiausrüstung klassisch (inkl. Helm!)• Trainingstagebuch sofern vorhanden• Anna, James, Nils und Tatjana: bitte eure Gleichgewichtsbretter mitnehmen
Selbstbehalt	20.-
Programm	<ul style="list-style-type: none">• So Vormittag: 9.30 Treffpunkt, gemeinsames warm up• So Vormittag: 10.00-12.15 Training in drei Gruppen• So Mittagessen: ca. 12.30 Uhr bei Eggers• So Nachmittag: Theorie Trainingstagebuch nach dem Mittagessen• So Nachmittag: Training Koordination• So Nachmittag: ca. 16.00 Kursschluss
Verantwortlich	Christoph Urech, Cheftrainer TGM BOSV/SSM U16 nordisch
TrainerInnen	Toni Egger, Barbara Urech-Mühlemann
Entschuldigt	-

Für Fragen stehe ich per Telefon **079 299 86 81** (bitte Combox benutzen und Anliegen anbringen) oder E-Mail: schtuenggu@hotmail.com zur Verfügung.

Hauptsponsor



Sponsoren

