

Anmeldung:

Die Anmeldung erfolgt schriftlich / oder per Mail an:

Werner Stößer we-stoesser@t-online.de

oder

Hannah Marxer hannah.marxer@gmail.com

Nach Eingang der Anmeldung erhaltet Ihr eine Bestätigung zur Teilnahme. Danach ist die Anzahlung, zum Teilnahmebeitrag auf das Konto der LAG Obere Murg zu überweisen.

Anzahlung zum Teilnahmebeitrag pro Person **90,- €**

(Die abschließende Abrechnung erfolgt nach Feststellung aller Auslagen)

Bankverbindung:

Sparkasse Rastatt – Gernsbach

IBAN: DE04 6655 0070 0060 2578 88

BIC: SOLADES1RAS

Stichwort:

Trainingslager 2017 (Name)

(Familien bitte als Gesamtbetrag überweisen)

Bei Fragen stehen wir Euch gerne zur Verfügung:

Werner Stößer

Hannah Marxer

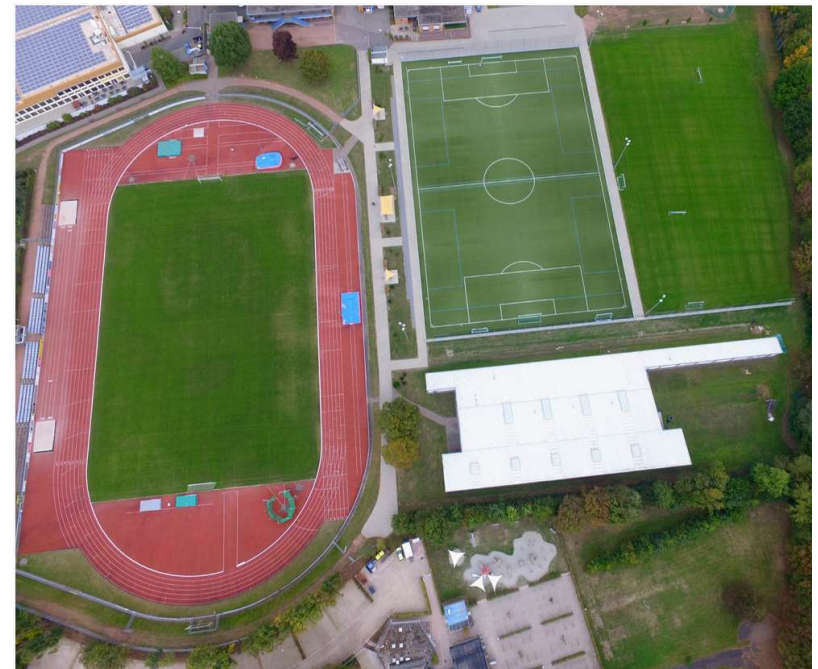
LAG Obere Murg

Trainingslager 2017

vom 18.04. bis 21.04.

im Westpfalzstadion und

in der Dieter Kruber Halle in Zweibrücken



Mehrkämpfer – Läufer – Stabhochspringer

Für jeden ist was dabei

Wissenswertes

So werden unsere ‚Trainingslagertage‘ aussehen

7:30 Uhr	Waldlauf mit Stabis
8:00 Uhr	Frühstücksbuffet (7:30 Uhr bis 9:30 Uhr)
10:00 - 12:30 Uhr	Trainingseinheit nach Trainingsplan
12:30 - 15:00 Uhr	Mittagspause im Hallenbad oder auf dem Platz/in der Halle
15:00 - 18:00 Uhr	Trainingseinheit nach Trainingsplan
ca. 18:30 Uhr	Rückfahrt zur Jugendherberge
ca. 19:30 Uhr	Abendessen
danach Zeit zur freien Verfügung	

Am Donnerstagmorgen werden wir kein Training anbieten. Hier besteht dann die Möglichkeit die freie Zeit in Zweibrücken oder im Outlet- Center zu verbringen.

So werden wir untergebracht sein

Jugendherberge Homburg
Am Mühlgraben 30
66424 Homburg



Die Jugendherberge Homburg zählt für mich zu einer der schönsten Jugendherbergen die ich in den letzten 10 Jahren besucht habe.

Werner Stößer

Soviel können mitgehen

Gebucht sind 4 * 4 Bettzimmer und 3 * 3 Bettzimmer (25 Personen). Bei Bedarf besteht die Möglichkeit noch einzelne Zimmer nach zu buchen.

So werden wir hinkommen

Wir beabsichtigen in Fahrgemeinschaften mit sieben Fahrzeugen zu fahren.

Abfahrt wird am **18.04.** (Dienstag nach Ostern) um ca. **7:00 Uhr** in Weisenbach am Rathausplatz sein.
Für die ca. 180 km rechnen wir mit ca. 2 ½ Stunden Fahrzeit.

Das wird es voraussichtlich kosten

Wie in den letzten Jahren, versuchen wir auch dieses Mal, die Kosten so gering wie möglich zu halten. Wir werden Zuschüsse bei den Stamm-vereinen, öffentlichen Trägern und bei den Verbänden beantragen.

In der Jugendherberge haben wir Übernachtung mit Frühstück gebucht. Abends wollen wir gemeinsam in verschiedenen Restaurants Essen gehen.

Kosten: 3 Tage a 23,- € (Unterkunft) ~ 21,- € (Nebenkosten) = 90,- €

Infoveranstaltung zum Trainingslager

Samstag, 25.03.2017 um 16:00 Uhr
in der Sporthalle / Haus der Vereine Langenbrand