

Infos Trainingslager in Buochs (NW)



Datum: 4. - 10. Oktober 2015 (Sonntag - Samstag)

Besammlung /

Hinreise: 04.10.15 **10.20 Uhr** Bushaltestelle Bahnhof Effretikon
Zug ab Effretikon 10.40 Uhr
Ankunft in Buochs 12.39 Uhr

Rückreise: 10.10.15 Abfahrt Buochs 11.16 Uhr
Ankunft Effretikon 13.19 Uhr

Kosten: Für Mitglieder von Grün-Weiss Effretikon **200.-**, **sonst Fr. 250.-**
(zahlbar bis 20.09.15 per Bank/ Post oder in bar bei Christine)
Den Rest der Kosten übernimmt der HC Grün-Weiss Effretikon.

Taschengeld: Individuell, je nach Bedarf für Getränke, Süssigkeiten, Postkarten usw.

Adresse: Zivilschutzanlage Breitli
6374 Buochs

Kontakt: **Natel:** 078 808 46 44 (Christine Lässer)
E-Mail: christinelaesser@hispeed.ch

Infos: Unter der Internetadresse **www.gruen-weiss.ch** finden die Daheimgebliebenen (so die Technik will) jeweils aktuelle Infos und Fotos aus dem Lager auf einem Blog.

Mitnehmen: Mittagessen für Anreise in kleinem Rucksack

Handballausrüstung: Ball, **bequeme** Hallenschuhe, solide Aussenschuhe (ev. Wanderschuhe), Laufschuhe/ Aussenturnschuhe, Shirts, kurze Hosen, 1- 2 Frotteetücher, Duschzeug, (GWE-)Trainer, Trinkflasche, ev. Reiseföhn

Persönliche Ausrüstung: Schlafsack, Pyjama, Toilettenartikel, genügend Unterwäsche, Socken, Badehose, **Hausschuhe**, Jacke, Regenschutz, Taschenlampe, Schreibzeug, Abtrockentuch für Küche, Wäschesack

Wer will: Ping-Pong Schläger, Spiele, Lektüre, Skateboards, ...

Tonwiedergabegeräte: Es sind nur Geräte erlaubt, welche die anderen Teilnehmer nicht stören (ohne Lautsprecher).

Games: Elektronische Spiele wie PSP, Game-Boy etc sind nicht erwünscht.

Handys: Mit gewissen Einschränkungen erlaubt.

Tipp: Material, das verwechselt werden könnte, anschreiben!

Das grosse Gepäck (aber bitte keine Überseekoffer ☺) wird ab/ bis Bahnhof Effretikon transportiert.

Küche: Margrit Wüthrich und Simone Disch

Regeln: Es gilt absolutes Rauchverbot in der ganzen Anlage!
Für TeilnehmerInnen unter 18 Jahren gilt während des ganzen Lagers absolutes Rauch- und Alkoholverbot! Bei Missachtung dieser oder anderer wichtiger Regeln behalten wir uns vor, Teilnehmer nach Hause zu schicken! Der Lagerbeitrag wird in diesem Falle nicht zurück erstattet.

Halle: Es gilt absolutes **Haftmittelverbot** in der Turnhalle.
Turnschuhe mit dunkeln Sohlen, die abfärben, dürfen nicht getragen werden.

Krankheiten: Sollte ein Teilnehmer persönliche Medikamente mitbringen oder liegt eine besondere Allergie oder Krankheit vor, so **bitten wir um vorgängige Information**.
Die Teilnehmer sind durch den Verein **nicht** versichert. Bitte die Krankenkassenkarte oder eine Kopie davon mitnehmen.

Notfälle: Falls die Eltern während dem Lager in den Ferien sind, bitte Zettel mit Notfallnummer mitbringen und vorgängig der Lagerleitung abgeben.

Leiter: Christine Lässer, Martin Fehr, Iwan Wenger, Silvan Grosse-Holz, Moritz Tuchs Schmid, Hansi Conrad

Spenden in Form von Kuchen, Desserts, Obst, Konfitüre,... nehmen wir vor und während dem Lager jederzeit gerne entgegen! Besten Dank.

Allfällige Fragen werden die einzelnen Trainer oder ich als Hauptleiterin gerne beantworten.

Das Lagerteam freut sich auf ein tolles Lager 2015!



Motto:
Play hard,
play clever,
play Handball!