

Einladung zum Spezialkurs Mannschaftskunstoffahren und Mannschaftskadertraining



SA 17. / So 18. NOVEMBER 2007, MILITÄRSPOPTHALLE FRAUENFELD

- Zielgruppe:** Anfänger, Fortgeschrittene, Spitzenfahrer, Trainer, ganze Mannschaften und Einzelsportler (nur Niederrad/Steiger **kein Einrad**).
- Kursziel:** Die Teilnehmer und Trainer sollen viel lernen, sowohl in der Theorie als auch in der Praxis. Austausch unter den Vereinen.
- Inhalt:** Training. Zusammensetzung der neuen Küren, neues Reglement. Am Samstagabend ist dazu auch ein Theorieblock geplant.
- Plätze 1 bis 6:** Training, je nach Fahrkönnen:
Grundschule Vierer, Einzeltraining vorwärts und rückwärts, An- u. Abfahrtechnik, Tipps für Programmaufbau, individuelles Aufbautraining für ganze Mannschaften und Einzelsportler, Bildertechnik, Videokontrolle
- Kursleitung:** Thomas Wick, Patricia Kottmann. Zusätzliche Trainer
- Mitnehmen:** **Schlafsack** (6er Zimmer, Unterkunft Kurzdorf). Trainer, Turnschuhe für aussen und innen. Kunsträder.
- Unkostenbeitrag:** 40 Fr. / Person für Mahlzeiten und Übernachtung. Wird bei Kursbeginn eingezogen. Der Kurs darf auch nur an einem der beiden Kurstage besucht werden. (Nur Sa: 10 Fr., ohne Mahlzeiten, nur So: 15 Fr. inkl. Sandwich)
Trainer sind kostenlos.
- Mannschaftskader:** Am Sonntag findet gleichzeitig das Mannschaftskader statt. Kaderfahrer zahlen am Sonntag keinen Unkostenbeitrag. **Bitte Kaderfahrer auch anmelden.**

Programm Samstag:

- 14.00 Begrüssung / Orientierung (Räder fahrbereit). Administration.
- 14.15 - 18:30 Warming up und Einfahren
Training
Zwischenverpflegung
- 18:30 Abendessen, Bezug der Unterkunft, anschliessend Theorie Mannschaftsfahren (neues Reglement), Spiele

Programm Sonntag:

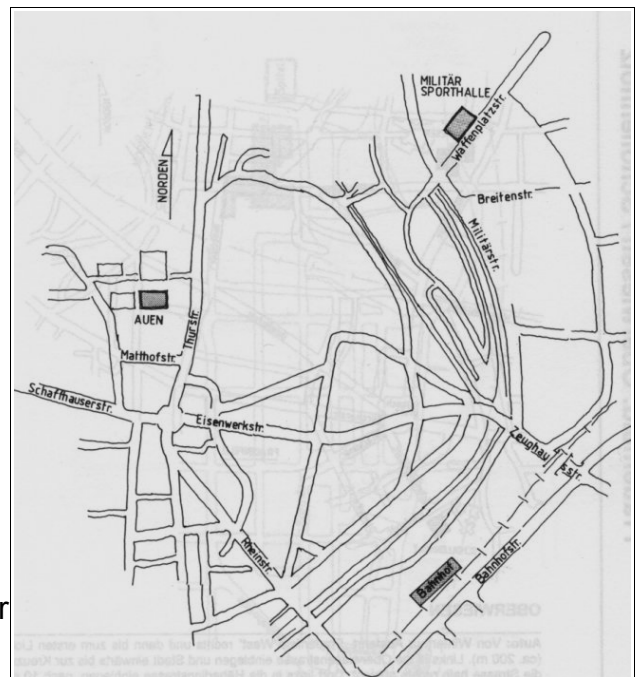
- 8:00 - 09:00 Morgenessen
- 9:00 - 12:00 Warming up / Training Theorie
- 12:00 - 12.45 Mittagessen (Sandwich)
- 13:00 - 13:30 Theorie: Neues Reglement
- 14:00 - 16:00 Training, Kursabschluss

Militärsporthalle Frauenfeld, Kursbeginn Samstag 14 Uhr:

Anfahrtsweg mit SBB:

Frauenfeld liegt an der Bahnlinie Winterthur - Romanshorn. Ab Bahnhof SBB die Stadtbuslinie 1 (Sonnmatt) bis Haltestelle Jugendmusikschule (Fahrzeit ca. 1 Min) benützen. Von der Haltestelle geht es zu Fuss ca. 7 Minuten weiter. Vor der Murgbrücke rechts auf die Militärstrasse (der Murg entlang). Beim kleinem Murgsteg rechts einbiegen, die Halle befindet sich ca. 50m links.

Anfahrtsweg mit Auto: Frauenfeld liegt an der A7 Winterthur - Kreuzlingen. Die Ausfahrt Frauenfeld West benützen. In nördlicher Richtung bis zum Kreisel, hier rechts bis zum Kreisel am Schaffhauserplatz, an diesem Kreisel geradeaus in die Eisenwerkstrasse, nach leichter Rechtskurve über die kleine Murgbrücke, hier links in die Militärstrasse; danach in die dritte rechts wegführende Strasse einbiegen. Nach 50m links Halle und Parkplatz. Von Süden die A1 Ausfahrt Matzingen benützen und Richtung Frauenfeld fahren. In Frauenfeld immer geradeaus fahren bis zum Kreisel Schaffhauserplatz. An diesem Kreisel rechts in die Eisenwerkstrasse und weiter wie oben beschrieben ab "Eisenwerkstrasse".



! Wir freuen uns auf Deine Teilnahme !

MELDELISTE FÜR SPEZIALKURS MANNSCHAFTSKUNSTRADFahren
 SA 17. / So 18. NOVEMBER 2007, MILITÄRSPORTHALLE FRAUENFELD

Bitte alle Personen einschreiben, welche an diesem Wochenende anwesend sind, auch Trainer. Die Meldung kann auch via Datei erfolgen (z.B. Email, pdf, Word, Excel, Openoffice).

	Name und Vorname	Jahr- gang	Funktion		Anwesenheit		
			Fahrer	Trainer	Samstag	Übernachtung/ Abendessen	Sonntag
	Heinz Muster	1984	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							

Bitte Kaderfahrer auch anmelden.

Verein:

Verantwortliche Person:

Adresse:

Tel. :

Email:

Unterschrift:

Bis spätestens 3. November 2007 (A-Poststempel) an Thomas Wick, Morgenwies 4B,
 9242 Oberuzwil oder per Email an wick-angst@gmx.ch