



## Liebe Vereinsmitglieder, liebe Eltern

Auch 2018 veranstalten wir wieder ein Vereinstrainingslager. Bei diesem Trainingslager liegt das Hauptaugenmerk für Anfänger und Fortgeschrittene beim Erlernen bzw. Verfeinern der Grundtechniken und auf Übungen zum Trainieren der körperlichen Voraussetzungen für Taekwondo.

<b>Wann:</b>	18. bis 21. Mai 2018
<b>Start:</b>	18. Mai 2018 19 Uhr, Anreise bis 18 Uhr
<b>Ende:</b>	21. Mai 2018 16 Uhr
<b>Wo:</b>	Jugendhotel Ennshof Saliterergasse 20 5541 Altenmarkt im Pongau <a href="http://www.ennshof.com/">http://www.ennshof.com/</a>
<b>Anreise:</b>	Mit dem eignen Auto, Fahrgemeinschaften möglich und erwünscht Eventuell mieten wir einen Kleinbus.
<b>Kosten:</b>	Kinder bis 2,99 Jahre: € 0 Kinder 3 bis 7,99 Jahre: ab € 78* Jugend 8 bis 14,99 Jahre: ab € 108* ab 15 Jahre: ab € 126*  Einzel-/Doppelzimmerzuschlag: € 24 / € 15 pro Person  In den Kosten inkludiert ist die Unterbringung im Mehrbettzimmer mit Vollpension und allen nicht alkoholischen Getränken  <i>*bei Anmeldung und Einzahlung bis 24.02.2018, danach € 138 / € 117 / € 84</i>
<b>Kosten Massage:</b>	Dieses Jahr werden wir eine Masseurin im Hotel haben. Mögliche Massagezeiten sind Samstag und Sonntag 12:30-15:00 und 18:30-21:00. Teilmassage: € 28 Ganzkörpermassage: € 48
<b>Teilnahmebedingungen:</b>	Das Mindestalter für die Teilnahme am Taekwondotraining beträgt 8 Jahre. Kinder und Jugendliche von 8-14 Jahren benötigen eine erwachsene Begleitperson, welche die Verantwortung und Aufsicht übernimmt. Diese muss jedoch schriftlich bekanntgegeben werden ( <b>Vollmacht!</b> ). Bei Kindern von 8-12 Jahren wird <b>empfohlen</b> , dass ein Erziehungsberechtigter die Aufsicht übernimmt.
<b>Anmeldung:</b>	Abgabe des Anmeldeblattes und Einzahlung der Kosten mit dem Verwendungszweck „Vereinstrainingslager 2018“ + Name auf folgendes Konto:  Inhaber: Michael Fellner IBAN: DE65 1203 0000 1033 8107 04 BIC: BYLADEM1001
<b>Anmeldeschluss:</b>	<b>Samstag, 21.04.2018</b> Nachmeldungen danach nur noch möglich falls noch Zimmer frei sind!

# Packliste

Damit auch sicher alle „7-Sachen“ den Weg ins Gepäck für das Trainingslager finden hier eine kurze Packliste.

## TKD-Training

- Doboks und Gürtel (zumindest 2 Doboks sind empfehlenswert)
- Tape, Kniestrumpf, Fußbalsam und andere notwendige Utensilien
- wenn vorhanden:
  - Schutzweste und Schützer

## Morgensport

- Wecker
- Laufsachen bzw. Laufschuhe
- Haube und Handschuhe (am Morgen kann es noch sehr kalt sein)

## Freizeit

- Vereinstrainingsanzug wenn vorhanden
- Trainingsanzug, gemütliches Gewand
- Hausschuhe
- Badebekleidung und Badesachen für Therme / Pool

## Sonstiges

- Handtücher zum Duschen (werden nicht vom Hotel zur Verfügung gestellt)
- Fotoapparat
- Spiele
- Alles ohne das man nicht leben kann ;-)



# Anmeldung zum Trainingslager 2018

Hiermit melde ich mich zum Trainingslager 2018 im Zeitraum vom 18. - 21. Mai 2018 im Jugendhotel Ennshof in Altenmarkt / Pongau an.

Name:		Vorname:	
Strasse:		PLZ / Ort:	
Geb. Datum:		Kup / Dan:	
Email:		Tel.:	

Bitte zutreffende Beträge rechts in die Zeilen eintragen, Gesamtsumme errechnen und an den Verein überweisen.

<b>Vollpension, 3 Nächte</b>			
Erwachsene und Jugendliche (Mehrbettzimmer)	Ab 15 Jahre	€ 126,00* € 138,00	
Kinder und Jugendliche (Mehrbettzimmer)	8 – 14,99 Jahre	€ 108,00* € 117,00	
Kinder (Mehrbettzimmer)	3 – 7,99 Jahre	€ 78,00* € 84,00	
Kinder	0 – 2,99 Jahre	€ 0,00	
Einzel- / Doppelzimmerzuschlag		€ 24,00 / € 15,00	
*bei Anmeldung und Einzahlung bis 24.02.2018		<b>Gesamt:</b>	

## Kontodaten Trainingslager

**Empfänger:** Michael Fellner **IBAN:** DE65 1203 0000 1033 8107 04 **BIC:** BYLADEM1001

**Anmeldung bitte an Michael Fellner, Schillerstrasse 14/2, 4800 Attnang-Puchheim**  
**Telefon: 0664/4455197 Email: [sva.taekwondo@gmail.com](mailto:sva.taekwondo@gmail.com)**

- Für Unfälle, Unfallfolgen oder sonstige Folgen aufgrund des Trainings übernehmen wir, die Veranstalter und Trainer, keine Haftung.
- Bei Mutwilligen Beschädigungen haftet der Verursacher.
- Bei groben Verstößen gegen die Trainingslagerordnung, bin ich damit einverstanden dass eine vorzeitige Heimreise auf mein Kosten arrangiert wird.
- Mit meiner Unterschrift erkläre ich, dass ich die vorstehend genannten Informationen sorgfältig gelesen habe und mit den oben genannten Reisebedingungen einverstanden bin.

\_\_\_\_\_  
 Ort/Datum

\_\_\_\_\_  
 Unterschrift (Bei Minderjährigen ein Erziehungsberechtigter)

# Vollmacht

Hiermit erteile ich \_\_\_\_\_

als Erziehungsberechtigter von

\_\_\_\_\_, geb. \_\_\_\_\_

im Zeitraum des Trainingslagers vom 18.05.2018 bis 21.05.2018 eine Vollmacht an

\_\_\_\_\_, geb. \_\_\_\_\_

bezüglich der Aufsicht und Betreuung meines minderjährigen Kindes.

\_\_\_\_\_  
Ort/Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift(Vollmachtgeber)

\_\_\_\_\_  
Unterschrift(Vollmachtnehmer)



Zeit / Datum	Fr: 18.05.	Sa: 19.05.	So: 20.05.	Mo: 21.05.
06:45 – 07:45	Anreise bis 18 Uhr Zimmer beziehen Begrüßung	<b>Morgensport</b> (Alle*) Laufen, Dehnen	<b>Morgensport</b> (Alle*) Laufen, Dehnen	<b>Morgensport</b> (Alle*) Laufen, Dehnen
08:00 – 09:00		Frühstück	Frühstück	Frühstück
09:30 – 11:30		<b>Training</b>	<b>Training</b>	<b>Abschlusstraining</b>
12:00 – 13:00		Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
13:00 – 15:30		<b>Freizeit</b>	<b>Freizeit</b>	<b>Abreise</b>
15:30 – 17:30		<b>Training</b>	<b>Training</b>	
18:00 – 19:00		Abendessen	Abendessen	
19:15 – 20:15		<b>Theorie</b>	<b>Theorie</b>	<b>Therme</b>
19:30 – 20:30		<b>Training (1)</b>	<b>Training (1)</b>	
<b>Ab 22:00</b>		Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe

\* = für alle Personen geeignet, auch für nicht TKDin

(1) = optionales Schwerpunkttraining auf Wunsch von mind. 4 Sportlern