



**Ausschreibung Frühlingstrainingslager 2024**  
**Nationales Jugendsportzentrum Tenero**  
**Samstag 23. März bis Freitag 29. März 2024 (7 Tage)**

Liebe Athleten und Athletinnen, liebe Eltern  
Im Frühling 24 bieten wir ein Trainingslager in Tenero (TI) an.  
Das Trainingslager ist für Mehrkämpfer und Läufer ab Jahrgang 2014 geplant.

**Trainingsstätte**

Centro Sportivo Tenero

Moderne Leichtathletikanlage, direkt am See. Die Anlage verfügt zusätzlich mehrere Turnhallen, ein Schwimmbecken 50m und diverse andere Sportangebote/Plätze.

**Training**  
(draussen)

täglich mindestens 2 x 2h Leichtathletiktraining

Erstes Training Samstagnachmittag 23. März

Letztes Training Samstagmorgen 29. März

1 trainingsfreier Tag (Ausflug noch in Planung)

**Unterkunft**

Mehrbettzimmer im Centro Sportivo

**Verpflegung**

Vollpension

<b>Trainer / Betreuer</b>	Christian Wicki und Stephanie Wicki
<b>Reise</b>	Zug ab Liestal
<b>Kosten</b>	CHF 400.00
<b>Versicherung</b>	Ist Sache der Teilnehmer*innen
<b>Cool and Clean</b>	Das Trainingslager wird nach den Cool & Clean- Regeln durchgeführt.



**LV FrenkeFortuna - Cool and Clean - Commitments:**

**Fairplay!** Wir gehen hilfsbereit und respektvoll miteinander um!

- Gewalt und Aggressionen sind für uns ein Fremdwort!!!
- Wir verzichten auf den Konsum von Alkohol, Tabak, Drogen und jeglichen Konsum von Energy Drinks!
- Psst.....! Nachtruhe! Alle sind froh, wenn nach dem Lichterlöschen niemand mehr stört.
  - Nach dem Mittagessen sind alle Athletinnen eine Stunde im Zimmer um sich auszuruhen!
  - Handy weglegen! Bei nicht angepasstem Handykonsum... z.B. während Nachtruhe, kann das Gerät von den Trainern eingezogen werden.

*Bei Nichteinhaltung kann  
die Lagerleitung die Athleten / Athletinnen nach Hause schicken!!!*

<b>Anmeldung</b>	Ausgefülltes Anmeldeformular bis spätestens FR 29.09.2023 senden an Stephanie: <a href="mailto:stephanie.wicki@bl.ch">stephanie.wicki@bl.ch</a> oder im Training abgeben. <b>Die Anmeldung ist verbindlich! Anhand der eingegangenen Anmeldungen, werden wir die Plätze in Tenero reservieren. Sollte sich jemand nach der Anmeldung gegen die Teilnahme entscheiden, werden die entstandenen Kosten dem Athleten/der Athletin in Rechnung gestellt.</b>
------------------	---



**Aufgebot**

Folgt mit allen Informationen anfangs Februar 2024

Wir freuen uns auf viele motivierte Sportler und Sportlerinnen.

Liebe Grüsse Christian & Stephanie Wicki

## Anmeldung Frühlingstrainingslager 2024

Hiermit melde ich mich **verbindlich** für das Frühlingstrainingslager vom 23. März – 29. März 2024 in Tenero an.

Name:

---

Vorname:

---

Adresse:

---

Natelnummer Athlet\*in:

---

Telefonnummer Eltern (Notfallnummer):

---

Geburtsdatum:

---

Allergien/Krankheiten:

---

Medikamente:

---

Ernährung:  mit Fleisch (Vollkost)  vegetarisch  laktosenfrei  glutenfrei

Weitere Informationen zur Ernährung:

---

Datum, Unterschrift Athlet\*in:

---

Datum, Unterschrift Elternteil:

---

Bis spätestens Fr 29.09.2023 senden an Stephanie: [stephanie.wicki@bl.ch](mailto:stephanie.wicki@bl.ch) oder im Training abgeben.