



Oberösterreichischer Taekwondo Verband

<http://www.taekwondo-ooe.at> tkd.ooe@gmail.com

Geschäftsstelle: Alexander Hübl, Kreuzpointstraße 16/2/30, 4600 Wels

Bankverbindung: Raiffeisenlandesbank OÖ, BLZ: 34000, Konto: 6103600

IBAN: AT383400000006103600 BIC: RZOOAT2L

ZVR Zahl: 586873720

Ausschreibung Trainingslager Jänner 2017

Ort: Neue Mittelschule Kirchdorf
Adalbert Stifter Straße
4560 Kirchdorf/Krems

Zeitplan:

Freitag 13.01.2017

Treffpunkt 17:15 Uhr

1. Training 17:30 - 18:30 Uhr (Lauftraining im Freien)

2. Training 19:30 - 21:00 Uhr (Taekwondo)

Abendessen in der Halle (bitte selber etwas mitnehmen)

Samstag 14.01.2017

1. Training 7:30 - 8:30 Uhr (Laufeinheit)

Im Anschluss Frühstück

2. Training 10:30 - 12:30 Uhr (Taekwondo)

Im Anschluss gemeinsames Mittagessen (Gasthaus Rettenbacher)

3. Training 16:30 – 18:30 Uhr (Taekwondo)

Im Anschluss gemeinsames Abendessen (Gasthaus Rettenbacher)

Sonntag 15.01.2017

1. Training 7:30 - 8:30 Uhr (Laufeinheit)

Im Anschluss Frühstück

2. Training 10:30 - 12:30 Uhr (Taekwondo)

Im Anschluss gemeinsames Mittagessen

3. Training 14:00 – 16:00 Uhr (Taekwondo)

Danach Verabschiedung und individuelle Heimreise.

Mitzubringen:

- ausreichend Trainingsklamotten (Dobok bzw. Dobokhose + T-Shirt)
- Laufsachen (Schuhe + Laufjacke)
- Boxpratten, Schützer, Sensorsocken, Schutzweste
- Schlafsack + evtl Unterlagsmatte
- Handtücher, Toilettartikel, etc
- Individuell erforderliche Medikamente

Nennungen:

Aufgrund von organisatorischen Gründen müssen wir im Vorfeld wissen wie viele SportlerInnen teilnehmen werden.

Teilnahmeberechtigt sind alle Sportler des OÖTDV A- & B-Kader

Die Nennungen erfolgen über die jeweiligen Vereinstrainer direkt beim Landestrainer Markus Weidinger per Email (markusweidinger@gmx.at) oder telefonisch unter 0664/5586949.

Nennfrist: Freitag, 30.12.2016

Anmerkungen:

Wir schlafen ALLE (Ausnahmen für Berufstätige) in der Halle um das Teambuilding zu forcieren. Außerdem werden wir alle gemeinsam Essen gehen.

In begründeten Ausnahmefällen (berufliche, familiäre oder gesundheitliche Gründe) ist es natürlich möglich das Trainingslager zu unterbrechen. Abmeldungen erfolgen immer beim Landestrainer.

Das Frühstück wird vom OÖTD gestellt und wird in der Halle stattfinden.

Mittagessen und Abendessen finden auswärts statt und müssen selbst bezahlt werden.

Für alle Landeskadermitglieder (A- & B-Kader) ist die Teilnahme am Trainingslager verpflichtend (begründete Ausnahmen natürlich möglich).

Die Teilnahme von allen anderen Sportlern muss im Vorfeld mit dem Landestrainer abgesprochen werden

Wir verbleiben mit sportlichen Grüßen,

Für den OÖTDV

Markus Weidinger
Landestrainer