

Lager-
Info

Sport-
lager

Audacia
Hochdorf

7.8.-13.8
2016

La Punt-
Chamues

Liebe Lagerteilnehmer/Innen

Wir haben es geschafft und die Engadiner Bevölkerung überzeugt! Die Olympischen Sommerspiele finden in La-Punt statt und DU wurdest ausgewählt, daran teilzunehmen. Es erwarten uns eine Woche lang sportliche Höchstleistungen, spannende Wettkämpfe und eine sportlich-faire Atmosphäre. Mögen die Spiele beginnen.



Unsere Unterkunft

Ferienhaus Familie Rudigier
7522 La Punt-Chamues-Ch

Telefon (nur für Notfälle!)

Natel Severin Sidler: 079 915 63 20
Natel Edith Burkart: 078 873 54 09

Lagerleitungsteam

Hauptleitung:

Edith Burkard

Brüelmattweg 2

6221 Rickenbach

Tel: 078 873 54 09

Severin Sidler

Luzernstrasse 25

6280 Hochdorf

Tel: 079 915 63 20

Trainerteam:

Edith Burkard, Severin Sidler, Irma Schmidli, Pitsch
Heinzer (So-Mi), Samir Sanchez (Mi-Sa)

Küchenteam:

Monika Britschgi, Esther Felder (So-Di), Reni Brun-
ner-Zurkirchen (Mi-Sa)

Letzte Infos

Reisedaten

Wir werden mit 2 Kleinbussen und mehreren Privatautos nach La-Punt reisen. Für das Gepäck steht ein Anhänger zur Verfügung. In La-Punt können wir bis zum Lagerhaus fahren.

	Hinreise	Rückreise
Datum	Sonntag, 3.8.16	Samstag, 9.8.16
Verladen	12.30 Uhr	12.30 Uhr
Abfahrtszeit/ Ort	13.00 Uhr, Arena Hochdorf	13.00 Uhr La Punt-Chamues
Ankunftszeit/ Ort	ca. 17.30 Uhr La Punt-Chamues	ca. 17.30 Uhr Arena Hochdorf

- **Kindersitze müssen selber mitgebracht werden.**

Essen/Küche

Unser Küchenteam achtet auf gesunde und ausgewogene Ernährung. Es werden 3 Mahlzeiten pro Tag aufgetischt, sowie genügend kleine Zwischenmahlzeiten. Es braucht also keine Frässpäckli!

Naturalspenden

Viel Bewegung gibt auch viel Hunger. Darum nehmen wir gerne auch Naturalspenden entgegen (Kuchen, Guetzi, Zopf, frisches aus dem Garten, Konfitüre, etc.).

Wer gerne etwas beisteuern möchte, soll sich doch bei Monika Britschgi, unserer Küchenchefin, melden. Sie wird die Spenden etwas koordinieren.

Mail: moni.britschgi@bluewin.ch

Tel.: 079 425 19 00 / 041 910 65 60

Achtung: Die Lebensmittel müssen gut verpackt werden, damit sie den Transport ins Engadin überleben.

Programm

07.30 Uhr	Frühstücksbuffet
09.30 Uhr	Trainingsprogramm
12.30 Uhr	Mittagessen
anschl.	Siesta
15.00 Uhr	Nachmittagsprogramm
18.30 Uhr	Nachtessen
19.30 Uhr	Abendprogramm
22.00 Uhr	Nachtruhe

Tägliche Anpassungen können vom Leitungsteam vorgenommen werden.

Lagerbeitrag

320 CHF pro Teilnehmer/In

In den Lagerkosten sind folgende **Leistungen** enthalten:

- Übernachtungen
- sämtliche Mahlzeiten, Getränke und Zwischenverpflegungen („Fresspäckli“ braucht es nicht)
- Hin- und Rückreise
- Shuttle-Transport von La Punt nach St. Moritz
- Sport- und Lager-Programm
- Betreuung
- Eintritte und Benützung Infrastrukturen

Wir bitten Sie den Lagerbeitrag bis zum 31.7.16 mit dem beiliegendem Einzahlungsschein zu begleichen.

Inlineskates

Unser Haus liegt in der Nähe einer sehr schönen Inline-Strecke mitten durchs Engadin. Wer möchte darf Inlineskates mit kompletter Schutzausrüstung (Helm, Handgelenk-, Ellenbogen- und Knieschoner) mitnehmen. Ohne komplette Schutzausrüstung geht niemand Inlineskaten.

Versicherung

Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Was du einpacken sollst

- Pyjama
- Hausschuhe
- Aussenturnschuhe
- Hallenturnschuhe
- Nagelschuhe(falls vorhanden)
- Freizeitschuhe
- Wander- oder Trekkingschuhe
- Sportkleider (Trainer, T-shirt, Pullover, kurze und lange Trainingshosen, Tights etc.)
- Trainingstasche
- Freizeitkleider
- Genügend Unterwäsche, Socken
- Badesachen
- Sonnenbrille, Sonnencreme (Achtung Höhensonne!), Kopfbedeckung
- Wäschesack für die schmutzige Wäsche
- Necessaire und Duschsachen
- Nastücher
- Frottéetuch und Waschlappen
- Getränkebidon für die Trainingseinheiten
- Taschenlampe
- Regenschutz (Regenjacke und Regenhosen)
- Sackgeld (max. 20.- z.B. für Glace,...)
- Spiele, Schreibzeug, Bücher usw. für die Freizeit
- Bei Bedarf: Inline Skates (Helm und komplette Schutzausrüstung mit Hand-, Ellbogen- und Knieschoner sind PFLICHT)
- Kleines Zvieri für Hinreise (Znacht wird gekocht)

Notfallblatt

Liebe Eltern,

Tägliches Training, polysportives Sporttreiben, 6 Tage lang Sport und Bewegung bedeuten manchmal auch Pflasterli, Halsweh,... Die Angaben auf diesem Blatt helfen uns während der Lagerwoche richtig zu reagieren.

Dieses Dokument unterliegt der Geheimhaltung und wird von der Lagerleitung verwahrt.

Bitte **unbedingt am 3.8.16** ausgefüllt mitbringen!

Name: _____

Adresse: _____

Geburtsdatum: _____

Adresse und Telefonnummer der Eltern/Ansprechperson während der Lagerwoche

Adresse: _____

Telefonnummer: _____

Krankenkasse: _____

Unfallversicherung: _____

Bekannte **Allergien** (Heuschnupfen, Bienenstichallergie, Esswaren etc.):

Medikamente, die während der Lagerwoche eingenommen werden müssen:

Auf was muss **besonders geachtet** werden?

Sonstiges (Verletzungen,...)
