



Steiermärkischer Landesfechtclub Graz

gegründet 1624 - steirischer Sportverein des Jahres 1994

Mag. Ingrid Fabianek
Landesverbandstrainerin
e-mail:fabianek@drei.at

Trainingslager in Maria Alm

Termin: **So. 25.08.- Sa. 31.08.2024**



Ort: **Bundessport und Freizeitzentrum Maria Alm Hintermoos**
Hintermoos 6
A 5761 Maria Alm Hintermoos
Tel: +43/6584/75 61-0

Anreise: **Sonntag, dem 25.08.2024 Treffpunkt 15:00 Uhr BSFZ Maria Alm eigenständig**

oder mit dem **Zug/Bus** als Gruppe von Graz nach Hintermoos
Treffpunkt 09:15 Uhr Hauptbahnhof Graz Haupthalle (Zugabfahrt 09:45), Zustiegmöglichkeit Leoben Hauptbahnhof :

Ticket bitte selber besorgen, Sparschiene/Vorteilscard. 8 Kinder unter 15 Jahren können mit der Familycard (Betreuer/innen) um 10 Euro Hin und retour mitfahren (vor allem für Kinder ohne Topticket, bitte bei der Anmeldung angeben, die ersten 8 werden berücksichtigt)

Hin/Rückfahrt: Graz- Saalfelden;, **Topticketbesitzer** nur von Schladming nach Salfelden, Rückfahrtticket von Saalfelden bis Schladming .

Bitte **Jause** für Sonntag mitnehmen, da wir das erste Essen in Maria Alm erst um 18 Uhr bekommen!

Trainingseinheiten: drei Mal am Tag, wobei auch regenerative Einheiten geplant sind. Aber auch halbtägige Wandertouren werden durchgeführt.

Zielgruppe: gemeinsames Trainingslager der Steirischen Fechter/innen
Jugend, Kadetten, Junioren, Allgemeine Klasse, alle Waffen

Schwerpunkt: Im Vordergrund steht bei diesem Trainingslager allgemeiner Konditionsaufbau (Wandern und Sprungkraft), spezifischer Konditionsaufbau mit Beinarbeit und Technikeinheiten mit Freifechten.

Kosten: **380- Euro** Vollpension inklusive Hallenmiete, Freiplätze, Rahmenprogramm und Trainerkosten, Achtung bezüglich Stornokosten im Bundessportzentrum! **vom 08.03.24 bis 4 Wochen vorher betragen die Stornokosten 3 Übernachtungen (100 Euro), bei Stornierungen danach wird der volle Betrag verrechnet. Es wird aber eine Versicherung bei Krankheit und Verletzung für alle Teilnehmer abgeschlossen!**

Anmeldung: **Bis 28. Februar 2024** werden die fixen Anmeldungen entgegengenommen. Alle Anmeldungen werden durch eine Stornoversicherung abgesichert. Spätere Anmeldungen werden nur noch begrenzt möglich sein. 35 Plätze sind reserviert die restlichen Plätze werden Anfang März storniert, danach ist auf Anfrage noch teilweise eine Teilnahme möglich

Anmeldung schriftlich an:

- Adresse: Ingrid Fabianek, Neupauerweg 83, 8052 Graz;
- E-mail: fabianek@drei.at

Die schriftliche Anmeldung gilt mit gleichzeitiger Überweisung der Anzahlung von 100.- Euro auf das Konto vom Steiermärkischer Landesfechtclub Graz:

Steiermärkische Sparkasse

BIC: STSPAT2GXXX

IBAN: AT15 2081 5208 2501 4838

Sportbekleidung: Wanderschuhe, kleiner Rucksack, Windjacke, Pullover, Wandersocken, Sonnencreme, Kapperl, Laufschuhe und Hallenschuhe, Trainingsanzug, kurze Hosen, 14 T-Shirts, 14 Unterhosen, 14 Socken, Fechtbekleidung und Fechtausrüstung (vor Sommerferien auch aus zu leihen im Klub),

Sonstiges: Hausschuhe, Badesachen, Badetuch, Handtücher, Regenjacke, Wecker, Gesellschaftsspiele, E-card, Seife

Abschlussturnier: Am Freitag findet ein Abschlussturnier statt

Abreise: **Samstag, 31.08.2024** um 9.00 Uhr entweder selbstständig oder Gruppenreise mit Bus/Bahn (1x Umsteigen, Ankunft in Graz um 14:14 Uhr,)

Ingrid Fabianek und Trainerteam

Formular auch auf: www.fechtclub.at

Rauch und Alkoholverbot besteht für alle Teilnehmer unter 18 Jahren, während der ganzen Woche, bei Nichteinhaltung, werden diejenigen sofort auf eigene Kosten nach Hause geschickt!!

Anmeldung Trainingslager Maria Alm 2024

Vorname: _____ Nachname: _____

Adresse: _____ Geburtsd: _____

HandyFechter/in: _____ Handy Eltern: _____

e-mail: _____ Verein: _____ T-ShirtGröße(S;M;L;XL): _____

Medizinische Vorerkrankung:(Asthma,Allergien,Sonstiges):

An/Abreise mit Gruppe (Zug/Bus) (ja /nein) : _____

Mein Kind ist unter 15 Jahren und will mit der Familycard um 10 Euro mitfahren _____

Anreise selbstständig (ja/nein): _____

Unterschrift (der/des Erziehungsberechtigten)

Mit der Teilnahme wird das Einverständnis zur Veröffentlichung von Fotos und Filmen erklärt.