







# TRAININGS-WEEKEND 2010

## Sa/So, 11./12. September

### in Lichtensteig (Turnhalle Freudegg)

-  **Treffpunkt:** Samstag, 11. September 2010  
**09:30**, Bahnhof Brunnadern - oder - **09:15**, Bahnhof Degersheim  
*unbedingt pünktlich sein – der Zug wartet nicht!*  
*Gepäcktransport mit Bus ist nur ab/bis Brunnadern möglich!*
-  **Rückkehr:** Sonntag, 12. September 2010,  
**17:06**, Bahnhof Brunnadern - oder - **17:16**, Bahnhof Degersheim
-  **Mitnehmen:**
  - Hallen- und Aussenturnschuhe
  - Unihockeysausrüstung
  - Sportbekleidung (genügend T-Shirts!)
  - Badehosen
  - Schlafsack
  - Toilettenartikel (Zahnbürste!)
  - Duschzeug (2 Tücher)
  - frische Wäsche
  - wenig (!) Taschengeld
  - persönliche Medikamente etc.
  - Plastiktasche für Schmutzwäsche
  - Halbtax-Abo / GA, wenn vorhanden
  - Zwischenverpflegung
-  **Unkostenbeitrag: Fr. 25.- pro Person** (bitte passend mitbringen)  
ab dem 2. Kind pro Familie Fr. 20.-  
*Inbegriffen:* Bahnbillet, Verpflegung, Übernachtung, Badi-Eintritt
-  Notfall-Telefon über's ganze Wochenende: **078 802 49 42**
-  *Das Trainingsweekend ist auf die Junioren-Teams ausgerichtet. Von den Junioren/-innen B, C, D und den Unihockeyschüler/-innen wird eine möglichst vollständige Teilnahme erwartet!*  
*Selbstverständlich dürfen aber auch die älteren Mitglieder teilnehmen.*