

Volleyball-Club Liederbach e.V.

Claudia van Bonn

Am Wiesengrund 3, 65835 Liederbach

Tel.: 06196/884770 (Privat), 069/7595-1393 (Büro)

Fax: 06196/884771, E-Mail: vorstand@vc-liederbach.de

Internet: www.vc-liederbach.de



3. April 2019

Trainingsausflug der VCL-Jugend & Damen-3-Trainingslager !!!

Liebe VCL-Jugendliche, liebe Damen-3-Mädels, liebe Eltern,

in ein paar Wochen geht es los!!!!

Der VCL organisiert vom **17.-19. Mai 2019** einen Ausflug bzw. ein Trainingslager der VCL-Jugend und der Damen 3.

Wie ja schon bekannt, fahren wir mit einem Bus von Liederbach in die Sport- und Bildungsstätte Sensenstein. Dort übernachten wir in Mehrbettzimmern und bekommen Frühstück, Mittagessen und Abendessen.

Beim Packen Eurer Tasche solltet Ihr unbedingt an Folgendes denken:

- Kopie des Impfausweises und Krankenversicherungskarte (für die noch nicht 18-jährigen Teilnehmerinnen und Teilnehmer gilt: bitte gebt dies im Umschlag mit Eurem Namen bei Fahrtantritt bei Andrea Schlusen ab),
- Sportkleidung für etwa 5 Trainingseinheiten in der Halle sowie auf dem Beachfeld (inklusive Sportschuhe für die Halle, Sportschuhe für draußen, T-Shirts, Hosen, Knieschoner),
- Handtücher,
- Schwimmsachen, Badelatschen,
- Pulli/Jacke, Regenjacke, festes Schuhwerk,
- Trinkflasche,
- Taschenlampe,
- Kleingeld für Getränke- bzw. Süßigkeitenautomaten (und ggf. Halt an Raststätte bei Hin-/Rückfahrt).

Wir wollen natürlich nicht nur Sport treiben. Falls Ihr also ein Gesellschaftsspiel o.ä. habt, das man auch mit vielen Leuten spielen kann (z.B. Tabu), bringt das doch bitte mit (nach Absprache mit den Anderen im Training).

So - jetzt zu den Details zur Abfahrt und Ankunft.

Treffpunkt ist am Freitag, den 17. Mai 2019, um 14:45 Uhr auf dem großen Parkplatz der Liederbachhalle (bitte pünktlich).



Am Sonntag, den 19. Mai, werden wir nach dem Mittagessen gegen 14:00 Uhr wieder in Sensenstein abfahren.

Treffpunkt für die Abholer der Jugendlichen ist am Sonntag, den 19. Mai, gegen 16:30 Uhr auf dem großen Parkplatz der Liederbachhalle.

Wir werden bei der Rückfahrt aus dem Bus anrufen und mitteilen, wann wir voraussichtlich ankommen werden.



Der vom VCL organisierte Ausflug beginnt am Freitagnachmittag an der Liederbachhalle und endet am Sonntagnachmittag auch wieder auf dem Parkplatz. Die „An- und Abreise“ zum bzw. vom Parkplatz an der Liederbachhalle müsst Ihr selbst organisieren.

Während des Ausflugs sind wir - natürlich nur im Notfall - unter der Handy-Nr. 0160-90531766 von Claudia van Bonn

erreichbar (bitte beachten: in Sensenstein ist der Empfang extrem schlecht).

Infos zur Jugendburg/Sportbildungsstätte Sensenstein in Nieste bei Kassel gibt es auf www.sensenstein.de.

Falls es noch Hinweise zu **Medikamenten, Essgewohnheiten** (z.B. Vegetarier) o.ä. gibt, die nicht auf der Erlaubniserklärung mitgeteilt wurden, teilt dies bitte der Trainerin Andrea Schlusen mit.



Voller Vorfreude

Claudia van Bonn

Vorsitzende des Volleyball-Club Liederbach e.V.

