

Volleyball-Club Liederbach e.V.

Claudia van Bonn

Am Wiesengrund 3, 65835 Liederbach

Tel.: 06196/884770

E-Mail: vorstand@vc-liederbach.de

Internet: www.vc-liederbach.de



1. August 2024

Trainingslager der Damen 2 und der VCL-Jungs

Liebe Trainingslager-Fans,

in etwa 5 Wochen geht es los - wir fahren vom **6.-8. September 2024** mit 40 VCLern ins Trainingslager nach Sensenstein. Wie Ihr wisst, fahren wir mit einem Bus von Liederbach nach Sensenstein. Dort übernachten wir in Mehrbettzimmern (Bettwäsche wird gestellt) und bekommen Frühstück, Mittagessen und Abendessen sowie Tee, Kakao und Wasser.

Beim Packen Eurer Tasche solltet Ihr unbedingt an Folgendes denken:

- Kopie des **Impfausweises** und **Krankenversicherungskarte** (für die nicht volljährigen Teilnehmerinnen und Teilnehmer gilt: bitte gebt dies im Umschlag mit Eurem Namen bei Fahrtantritt bei einer Trainerin bzw. einem Trainer ab);
- **Sportkleidung** für etwa 5 Trainingseinheiten (inklusive Sportschuhe für die Halle und für draußen.);
- **Handtücher** und **Schwimm-sachen** inkl. Badeschlappen;
- **Pulli/Jacke, Regenjacke, festes Schuhwerk** (wir gehen auf jeden Fall auch raus und Grillen abends);
- **Trinkflasche, Taschenlampe, Kleingeld** für Getränke- bzw. Süßigkeiten-Automaten.



So - jetzt die Details zur Abfahrt und Ankunft.

Treffpunkt ist am Freitag, den 6. September 2024, um 14:45 Uhr auf dem großen Parkplatz der Liederbachhalle (wer nicht rechtzeitig da ist, muss leider selbst eine alternative Anreisemöglichkeit finden).

Am Sonntag, den 8. September, werden wir nach dem Mittagessen gegen 14:00 Uhr wieder in Sensenstein abfahren. **Treffpunkt für die Abholer ist am Sonntag, den 8. September, gegen 16:30 Uhr auf dem großen Parkplatz der Liederbachhalle.**

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 sehr schlecht).

Voller Vorfreude

Claudia van Bonn

1. Vorsitzende

Volleyball-Club Liederbach e.V.