

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



22. August 2026

VCL-Trainingslager der Damen 2 & der Herren-Mannschaft

Liebe Trainingslager-Fans,

in knapp 3 Wochen geht es los - wir fahren vom **11.-13. September 2026** mit 26 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, Kaffee, Kakao, Wasser. Beim Packen Eurer Tasche solltet Ihr unbedingt an Folgendes denken:

- Kopie von **Impfausweis** und **Krankenversicherungskarte**;
- **Sportkleidung** für etwa 5 Trainingseinheiten;
- **Handtücher** und **Schwimmsachen** inkl. Badeschlappen;
- **Pulli/Jacke, Regenjacke, festes Schuhwerk** (wir gehen auf jeden Fall auch raus und Grillen ggf. abends);
- **Trinkflasche, Taschenlampe, Kleingeld** (für Getränke- bzw. Süßigkeiten-Automaten);
- **Anti-Mückenspray** für entspannte Abende & **Ohrstöpsel** für ruhige Nächte 😊

So - jetzt die Details zur Abfahrt und Ankunft.

Treffpunkt ist am Freitag, den 11. September 2026, 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 13. September, werden wir nach dem Mittagessen gegen 14:00 Uhr wieder in Sensenstein abfahren, d.h. wir werden am **Sonntag, den 13. September** gegen 16:30 Uhr wieder auf dem großen Parkplatz der Liederbachhalle ankommen.

Während des Ausflugs sind wir - natürlich nur im Notfall - unter der Handy-Nr. 0160-90531766 (Claudia van Bonn) erreichbar (bitte beachten: in Sensenstein ist der Empfang sehr schlecht).

Voller Vorfrende

Claudia van Bonn

1. Vorsitzende

Volleyball-Club Liederbach e.V.

