



**OSTSCHWEIZ
ATHLETICS**



Stützpunkttraining U12/U14/U16 Region St. Galler Oberland Sommersaison 2024 – Training am Samstag-Vormittag

- Wann:** Samstags 09:30 – 12:00 Uhr
Dauer: 20.04.2024 – 06.07.2024
- Wo:** Sportanlage Rheinwiese, Schaan
- Wer nimmt teil:** Motivierte Nachwuchs-Athletinnen und -Athleten (U12/U14/U16) aus dem Verbandsgebiet von Ostschweiz Athletics, die regelmässig an den Stützpunkttrainings teilnehmen wollen. Offen für lizenzierte und nicht lizenzierte Athletinnen und Athleten von OA- sowie ATV-/SGTV-Mitglieder-Vereinen zu gleichen Konditionen.
- Wer leitet es:** Urs Bruggmann (Trainer C Swiss Athletics), Thomas Klausner (J+S-Leiter), Nadja Burger (J+S-Leiterin), Ralf Kurath (Trainer B Swiss Athletics)
- Trainingsangebot:** Es wird ein vielseitiges, alters- und stufengerechtes (Mehrkampf-)Training angeboten. Unter der Leitung spezifisch ausgebildeter Trainerinnen und Trainern profitierst du von optimalen Bedingungen. Das Training ist als Ergänzung zum Vereinstraining gedacht.

Kosten für Teilnehmende, welche Mitglied in einem Verein sind, welcher einem der folgenden Verbände angeschlossen ist: Ostschweiz Athletics, ATV, SGTU:

- CHF 100.- pro Athletin/Athlet (April – Juli)
 - Anteil Athletin/Athlet bzw. Eltern/Erziehungsberechtigte: CHF 50.-
 - Anteil Verein pro Athletin/Athlet: CHF 25.-
(wird für Teilnehmende aus den Kantonen AI, AR, SG und FL von Ostschweiz Athletics übernommen)
 - Anteil Verband pro Athletin/Athlet:
 - AI, AR, SG: CHF 25.- (Kostenübernahme durch Ostschweiz Athletics)
 - FL: CHF 25.- (Kostenübernahme durch den LLV)

Kosten für Teilnehmende ohne Verein bzw. für Mitglieder eines Vereins, der keinem der oben gelisteten Verbände angeschlossen ist:

- CHF 150.- pro Athletin/Athlet (April – Juli)
 - Anteil Athletin/Athlet bzw. Eltern/Erziehungsberechtigte: CHF 150.-
 -

Wie bewerbe ich mich? Über folgenden Link bis spätestens am 1. März 2024:

<https://forms.gle/6DmfRBUg56H2LLuLA>

Eine Rückmeldung, ob du aufgenommen wirst, bekommst du bzw. dein Heim-Trainer/deine Heim-Trainerin bis Ende März 2024.



Medicalpartner

**APPENZELERLAND
SPORT**

Ausbildungspartner



Trainingsplan Schaan

07. - 13.04.2024: Trainingslager in Tenero (bereits ausgebucht)		
Sa	20.04.2024	Training (U12 + U14 + U16)
Sa	27.04.2024	Training (U12 + U14 + U16)
Sa	04.05.2024	Training (U12 + U14 + U16) und/oder Teilnahme Mille Gruyère in Appenzell AI
Sa	22.06.2024	Vormittag: Stützpunkttrainingstag (U12 + U14 + U16) in Filzbach GL
		Nachmittag: Stützpunkttrainingstag (U12 + U14 + U16) in Filzbach GL
Sa	06.07.2024	Training (U12 + U14 + U16) + «Zusammenzug Mittelstrecken» (am Nachmittag) ²⁾
Sa	03.08.2024	Sommerferien-Training (U12 + U14 + U16) ¹⁾
Sa	10.08.2024	Sommerferien-Training (U12 + U14 + U16) ¹⁾
Fr	16.08.2024	Abend: Nachwuchsweekend (U12 + U14 + U16) in Rapperswil-Jona SG ¹⁾
Sa	17.08.2024	Vormittag: Nachwuchsweekend (U12 + U14 + U16) in Rapperswil-Jona SG ¹⁾

¹⁾ separate Anmeldung ab 1. Juni 2024 erforderlich

²⁾ vgl. separate Ausschreibung

Das OA-Team freut sich auf dich!

Kontakt: Urs Bruggmann, 079 501 83 45, stuetzpunkt_oberland@ostschweiz-athletics.ch