



**OSTSCHWEIZ
ATHLETICS**



Stützpunkttraining U12/U14/U16 Region St. Gallen-Bodensee Sommersaison 2024 – Training am Freitag-Nachmittag

- Wann:** Freitag, 16:30 – 18:15 Uhr
Dauer: 26.04.2024 – 20.09.2024
- Wo:** Sportanlage Kellen, Tübach
- 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- und ATV-/SGTV-Mitglieder-Vereinen zu gleichen Konditionen.
- Wer leitet es:** Senta Cottinelli (J+S-Leiterin) und weitere Leiter mit spezifischer Erfahrung und Ausbildung (je nach Trainingsplan)
- 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, der einem der folgenden Verbände angeschlossen ist: Ostschweiz Athletics, ATV, SGTV:

- CHF 200.- pro Athletin/Athlet (April – September)
 - Anteil Athletin/Athlet bzw. Eltern/Erziehungsberechtigte: CHF 100.-
 - Anteil Verein pro Athletin/Athlet: CHF 50.-
(wird für Teilnehmende aus den Kantonen AI, AR, SG und FL von Ostschweiz Athletics übernommen)
 - Anteil Verband pro Athletin/Athlet:
 - AI, AR, SG: CHF 50.- (Kostenübernahme durch Ostschweiz Athletics)
 - FL: CHF 50.- (Kostenübernahme durch den LLV)

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

- CHF 300.- pro Athletin/Athlet (April – September)
 - Anteil Athletin/Athlet bzw. Eltern/Erziehungsberechtigte: CHF 300.-

Wie und wo bewerbe ich mich?

Über folgenden Link bis spätestens am 1. März 2024:

<https://forms.gle/yeLBQF7aUBwNd4AP8>

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



Medicalpartner

**APPENZELERLAND
SPORT**

Ausbildungspartner



Trainingsplan Tübach

07. - 13.04.2024: Trainingslager in Tenero (bereits ausgebucht)		
Fr	26.04.2024	Training (U12 + U14 + U16)
Fr	03.05.2024	Training (U12 + U14 + U16)
Fr	24.05.2024	Training (U12 + U14 + U16)
Fr	31.05.2024	Training (U12 + U14 + U16)
Fr	07.06.2024	Training (U12 + U14 + U16)
Fr	14.06.2024	Training (U12 + U14 + U16)
Sa	22.06.2024	Vormittag: Stützpunkttrainingstag (U12 + U14 + U16) in Filzbach GL
		Nachmittag: Stützpunkttrainingstag (U12 + U14 + U16) in Filzbach GL
Fr	28.06.2024	Training (U12 + U14 + U16)
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⁾
Fr	13.09.2024	Training (U12 + U14 + U16)
Fr	20.09.2024	Training (U12 + U14 + U16)

¹⁾ separate Anmeldung ab 1. Juni 2024 erforderlich,
Trainingsmöglichkeiten am Freitag und/oder Samstag

Das OA-Team freut sich auf dich!

Kontakt: Senta Cottinelli, stuetzpunkt_stgallen-bodensee@ostschweiz-athletics.ch
Andrea Einspieler, 076 384 66 03, gs@ostschweiz-athletics.ch