

Einladung / Invitation

Tischtennis Sportkurs C189

| | |
|-------------------------------------|---|
| Wann: | Freitag + Samstag, 24. + 25. Juli 2020 |
| Wo: | SPZ Nottwil , Sporthalle 2 |
| Trainer: | Fabrice Descloux + Andrzej Truszczynski |
| Ballkinder: | Schüler Nottwil und Umgebung (Organisation: Markus Jutzi) |
| Teilnehmer: | Die Sportkurse sind offen für alle: Willkommen (auf eigene Kosten: CHF 65.– für Übernachtung/Frühstück, 2 Hauptmahlzeiten und Parking; CHF 10.– pro einzelner Hauptmahlzeit) sind alle Spieler/innen welche die Einladung erhalten (an einem oder mehreren Trainingstagen) Les cours de sport sont ouverts pour tous: <i>Bienvenus (à leurs frais: SFr. 65.– pour la nuit / petit déjeuner, 2 repas principaux et Parking; SFr. 10.– par repas principal) sont tous les joueurs qui reçoivent cette invitation (les uns ou plusieurs jours d'entraînement)</i> |
| Anmeldung / Inscription: | bis spätestens / jusqu'au plus tard 8. Juli 2020 (für Kurs inkl. Übernachtung / pour le cours y compris la nuit) |
| Über / sur: | Doodle „ Tischtennis Sport- + Kaderkurse 2020 “ bzw. „ Übernachtungen im GZI “ |

PROGRAMM

Freitag, 24. Juli 2020

| | | |
|---------------|---|--|
| ab 06:30 | Frühstück | <i>Petit déjeuner</i> |
| 08:30 | Halle vorbereiten | <i>Préparation de la salle</i> |
| 09:00 – 12:00 | 1. Trainingseinheit | <i>1. Unité d'entraînement</i> |
| 12:15 | Mittagessen | <i>Déjeuner</i> |
| 14:30 – 17:30 | 2. Trainingseinheit | <i>2. Unité d'entraînement</i> |
| 17:30 | Halle aufräumen | <i>Rangement de la salle</i> |
| ab 18:00 | Abendessen | <i>Dîner</i> |
| 20:00 – 22:00 | Ev. Abendprogramm ausserhalb der Sporthalle | <i>Ev. programme de soir dehors de la salle des sports</i> |

Samstag, 25. Juli 2020

| | | |
|---------------|--|---|
| ab 06:30 | Frühstück | <i>Petit déjeuner</i> |
| 08:30 | Halle vorbereiten | <i>Préparation de la salle</i> |
| 09:00 – 12:00 | 3. Trainingseinheit | <i>3. Unité d'entraînement</i> |
| 12:15 | Mittagessen | <i>Déjeuner</i> |
| 14:30 – 17:30 | 4. Trainingseinheit | <i>4. Unité d'entraînement</i> |
| 17:30 | Kursende, Aussprache + Halle aufräumen | <i>Fin du cours, discussion + rangement de la salle</i> |
| ab 18:00 | Abendessen | <i>Dîner</i> |

13.07.2020 / MJ + PZ