

Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Société Suisse de Sauvetage SSS
Societa Svizzera di Salvataggio SSS
Societad Svizra da Salvament SSS



Mitglied des Schweizerischen Roten Kreuzes SRK
Membre de la Croix-Rouge Suisse CRS
Membro della Croce Rossa Svizzera CRS

Junioren-Nationalteam

Cheftrainer:

Niels Schou
Lilienweg 24
3098 Köniz

Natel: 079 488 82 80
E-Mail: coach.jugendnationalmannschaft@slrg.ch.tc

Köniz, 04.12.2011

Training Dezember 2011

- Datum: 10.12 – 11.12.2011
- Ort: Unterkunft in Köniz, Trainings Raum Bern
- Treffpunkt: Treffpunkt im Bahnhof Bern unter der Großen Anzeigetafel.
- Zeit: 09.00 Uhr (Verspätungen sind mir sofort mitzuteilen 079 488 82 80)
- Trainings: Kraft Ausdauer in Turnhalle und Schwimmen und Jogging
- Mitbringen: Schwimmausrüstung komplett, Turnsachen für die Halle und Joggingbekleidung, Duschzeug, und eigene Medikamente, Schlafsack und Unterlage wenn vorhanden.
- Verpflegung: Für die Verpflegung ist gesorgt.
- Ziel: Das neue Kader 2012 lernt sich kennen.
- Ende: Sonntag zwischen 12 und 13 Uhr
- Abmeldung: Per Mail (coach.jugendnationalmannschaft@slrg.ch.tc)

Das TrainerInnenteam freut sich auf ein spannendes Wochenende!

Mit sportlichen Grüßen

Cheftrainer
Niels Schou