



HSG Leimental

HB Blau Boys Binningen • HC Oberwil • HC Therwil

Lagerleitung
Francesco Monteleone
Aeschstrasse 1
CH-4107 Ettingen
Tel G +41 58 262 40 57
Tel M +41 79 632 71 70
E-Mail trainingscamp@hsg-leimental.ch



Trainingscamp Willisau 2017

Lagerort	Sportzentrum Schlossfeld Willisau
Datum	Montag, 07. – Freitag, 11. August 2017
Treffpunkt	Montag, 07. August 2017 um 07:00 Uhr beim Benken-Schulhaus in Therwil
Rückkehr	Freitag, 11. August 2017, ca. 17:00 Uhr beim Benken-Schulhaus in Therwil
Kontaktadresse	Adresse siehe oben (Bitte Anmeldung bis zum 01.06.2017 an die Lagerleitung senden)

Idee

Vom 07. – 11. August 2017 trainieren alle Juniorinnen und Junioren der drei Stammvereine – HB Blau Boys Binningen, HC Oberwil, HC Therwil – auf der Sportanlage Schlossfeld in Willisau. Diese Zeit soll zur Saisonvorbereitung und zur Pflege der Kontakte innerhalb der HSG Leimental genutzt werden. Abgerundet wird das Ganze mit einem polysportiven und individuellen Programm.

Ziel des Trainingscamps

Ziel ist es, die technischen, taktischen, mentalen, konditionellen, koordinativen Elemente zu reaktivieren und zu fördern. Bei den älteren Junioren zu erweitern bzw. zu vertiefen. Den Trainings liegt das Jugend und Sport (J+S) Trainerhandbuch Handball zugrunde, damit eine nachhaltige und stetige Juniorenförderung gewährleistet ist. Dabei soll der Spass am Handball, sowie das soziale Verhalten gefördert werden.

Teilnehmer

Juniorinnen und Junioren zwischen dem 5. und 19. Altersjahr (Jahrgänge 2015 – 1998)

Kosten für Teilnehmer

Im Teilnehmerbeitrag von CHF 250.00 – pro weiteres Geschwister gibt es CHF 50.00 Rabatt (Details siehe Anmeldeformular) sind die folgenden Leistungen inklusive:

- An-/Abreise mit dem Car von Therwil nach Willisau und retour
- Miete der Unterkunft, Trainingshalle und der Küche
- Verpflegung Vollpension (Morgen-, Mittag-, Nachtessen sowie Zwischenverpflegung)
- Erinnerungs-T-Shirt am Ende des Lagers

Der Teilnehmerbeitrag ist bis zum **01.06.2017** auf Konto **IBAN CH06 0900 0000 4016 3086 6** lautend auf Francesco Monteleone, 4107 Ettingen, zu **überweisen**. Bei Einzahlung am Postschalter sind pro Teilnehmer CHF 5.00 mehr zu überweisen. Die definitive **Teilnahmebestätigung folgt mit Eingang der Zahlung** beim Veranstalter. Für alle weiteren Kosten sollen die Teilnehmer ein kleines Taschengeld mitnehmen. Bei einer vorzeitigen Abreise eines Teilnehmers erfolgt keine Kostenrückerstattung.

Finanzierung

Das Trainingslager finanziert sich mit den Teilnehmerbeiträgen, den Subventionen vom Jugend und Sport (J+S) und Sport-Toto Beiträgen aus dem Lotterie-Fonds des Kanton Basel-Land.

HSG Leimental

www.hsg-leimental.ch

Leistungshandball-Spielgemeinschaft der Vereine HB Blau Boys Binningen, HC Oberwil und HC Therwil

Zahlungsverbindung: IBAN CH06 0900 0000 4016 3086 6, lautend auf Francesco Monteleone, 4107 Ettingen

Packliste

Trainingsutensilien

- Trainingstasche
- Turnschuhe (Hallen- und Aussenschuhe mitnehmen!)
- Trainings T-Shirt und Trainingshosen, genügend Ersatz-T-Shirts; **2 – 3 Trainings pro Tag**
- Trainingsanzug (Am Abend kann es auch mal kühler sein)
- Regenjacke (nur bei schlechtem Wetter notwendig)
- Socken und Unterwäsche
- Eigener Handball
 - **sofern vorhanden mitnehmen, für Minis und U13 werden Trainingsbälle zur Verfügung gestellt!**
- Schoner und/oder Stützen sofern vorhanden
- Tape für den persönlichen Gebrauch
- Trinkflasche für im Training

In den Sporthallen von Willisau gilt ein generelles Harz- und Haftmittelverbot. Spieler, welche dieser Auflage widerhandeln, sind für die Reinigung verantwortlich, entstandene Kosten werden weiterverrechnet.

Freizeitutensilien

- Badeschlappen
- Badehosen / Badkleid
- 2 Badetücher
- Sonnencreme
- Sonnenhut
- Sonnenbrille inkl. Brillenetui

Die Trainings werden in der Halle und im Freien durchgeführt, weshalb neben Hallen- und Aussenschuhe auch eine geeignete Kopfbedeckung und Sonnencreme mitzunehmen ist.

Wichtige Sachen

- Schlafsack
- Pyjama
- Hygiene Artikel (Zahnbürste, Zahnpasta, Duschgel, Deo, etc...)
- Sackgeld; Für Verpflegung ist den ganzen Tag gesorgt. Ein kleines Sackgeld genügt.
- Persönliche Medikamente;
- **Über die Einnahme von verschreibungspflichtigen Medikamenten, Allergien und/oder sonstigen besonderen Massnahmen ist die Lagerleitung schriftlich zu informieren.**

Versicherung gegen Unfall, Krankheit und Haftpflichtansprüche

Die Teilnehmer und Leiter sind durch den Veranstalter nicht versichert. Für ausreichenden Versicherungsschutz haben die Teilnehmenden, resp. ihre gesetzlichen Vertreter zu sorgen. Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.

Bitte zu Hause lassen!

Tables, mobile Boxen oder sonstige technische Geräte gehören nicht in ein Trainingslager. Bei Diebstahl oder Beschädigung lehnt der Veranstalter jegliche Haftung ab.



Anmeldetalon Trainingscamp Willisau 2017

Anmeldeschluss 1. Juni 2017

Teilnehmerangaben:

Vorname/Name o m / o w

o 1. Kind = CHF 250.00 / o 2. Kind = CHF 200.00 / o 3. Kind = CHF 150.00

Adresse

PLZ/Ort

E-Mail
 (Angabe Zwingend, für den Versand von diversen Informationen im Zusammenhang mit dem Lager)

Geb-Datum

Vegetarier o JA / o NEIN

Verein o HB BB Binningen o HC Oberwil o HC Therwil o

Team o U07 / o U09 / o U11 / o U13 / o U14/15 / o U16/17 / o U18/19 / o Leiter

T-Shirt-Grösse o 134 / o 140 / o 152 / o 164 / o XS / o S / o L / o M / o XL / o XXL

Hosen-Grösse o 134 / o 140 / o 152 / o 164 / o XS / o S / o L / o M / o XL / o XXL

Kontaktadresse für Notfälle (Bei Leitern bitte eigene Angaben):

Ansprechperson

Notfall-Tel-Nr.

Krankenkasse

Policen-Nr.

Hinweise für die Lagerleitung (auch Fragen und Anregungen):

Bemerkung

.....

.....

Ort/Datum

Unterschrift des gesetzlichen Vertreters

Anmeldung senden an: Francesco Monteleone, Aeschstrasse 1, 4107 Ettingen
 Online Anmeldungen sind momentan aufgrund technischer Probleme mit der Homepage nicht möglich!

HSG Leimental **www.hsg-leimental.ch**

Leistungshandball-Spielgemeinschaft der Vereine HB Blau Boys Binningen, HC Oberwil und HC Therwil

Zahlungsverbindung: IBAN CH06 0900 0000 4016 3086 6 lautend auf Francesco Monteleone, 4107 Ettingen

Vorlage Trainingsplan Willisau

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
07:00-07:40	Abfahrt 07:00	Frühspport	Frühspport	Frühspport	Frühspport
08:15-08:45	Anreise	Morgenessen	Morgenessen	Morgenessen	Morgenessen
08:45-09:00		Pause	Küchendienst	Pause	Pause
09:00-09:30	1. Training	3. Training	5. Training	7. Training	9. Training / Plauschturnier
09:30-10:00					
10:00-10:30	Spiel / Training	Spiel / Training	Spiel / Training	Spiel / Training	Leitermatch - Junioren
10:30-11:00					
11:00-11:30	Spiel / Training	Spiel / Training	Spiel / Training	Spiel / Training	Leitermatch - Junioren
11:30-12:00					
12:15-13:15	Mittagessen (12:30)	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen
13:30-14:00	Pause	Pause	Küchendienst	Pause	Packen und Lagerrückblick
14:00-14:30	2. Training	4. Training	6. Training	8. Training	Aufräumen & Putzen
14:30-15:00					
15:00-15:30	Badeplausch / Training / Spiel im Freien	Badeplausch	Badeplausch	Badeplausch	
15:30-16:00					Badeplausch / Training / Spiel im Freien
16:00-16:30	Badeplausch	Badeplausch	Badeplausch	Badeplausch	
16:30-17:00					Badeplausch
17:00-17:30	Badeplausch	Badeplausch	Badeplausch	Badeplausch	
17:30-18:00					Nachtessen
18:00-19:00	Pause	Pause	Küchendienst		Abreise
19:00-19:30	Training / Abendprogramm	Training / Abendprogramm	Pause / Training / Abendprogramm	Bunter Abend (gemeinsames Abendprogramm)	
19:30-20:00					
20:00-20:30	Training / Abendprogramm	Training / Abendprogramm	Pause / Training / Abendprogramm		
20:30-21:00				Training / Abendprogramm	Training / Abendprogramm
21:00-21:30	Training / Abendprogramm	Training / Abendprogramm	Pause / Training / Abendprogramm		
21:30-22:00				Training / Abendprogramm	Training / Abendprogramm
22:00-22:30	Training / Abendprogramm	Training / Abendprogramm	Pause / Training / Abendprogramm		
22:30-23:00				Training / Abendprogramm	Training / Abendprogramm
23:00-23:30	Training / Abendprogramm	Training / Abendprogramm	Pause / Training / Abendprogramm		
23:30-07:00				Nachtruhe	Nachtruhe

Trainer					
Trainer					
Trainer					
Trainer					