



Vereinigung Berner Turnverbände (VBT)

Ausschreibung FK 2 Männer / Senioren

Datum:	18. / 19. Oktober 2014
Zeit:	Samstag 11 ³⁰ - Sonntag ca. 14 ⁰⁰ Uhr Türöffnung + Zimmerbezug ab 10 ³⁰ Uhr
Ort:	Forum Sumiswald
Teilnehmer:	Leiter/Leiterinnen und Turner von Männer- und Seniorenriegen der Turnvereine. Es sind auch mehrere Teilnehmer pro Verein willkommen.
Themen:	Themen für Männer: 3-Spiel Turnier, Step Aerobic, Kraft an Geräten, variieren, Rückentraining, Unihockey, AROHA Themen für Senioren: Kleine Spiele zum Aufwärmen, Netzbball, Gleichgewicht, Rückentraining, Kraft an Geräten, variieren, AROHA Änderungen vorbehalten!
Abendveranstaltungen:	Bogenschiessen, Sportkegeln, Sauna und Jass-Turnier
Unterkunft:	Zimmer für alle über 60 jährigen, die übrigen Teilnehmer im Massenzimmer (Schlafsack mitnehmen!). Bitte entsprechende Übernachtung anmelden!
Verpflegung:	Verpflegt eingerückt, am Abend Apéro riche, am Sonntag Morgen- und Mittagessen im Forum Sumiswald.
Mitbringen:	Turnutensilien für Halle, genügend Turnkleider, Badeartikel, STV Kursausweis, STV Mitgliederkarte, Notizmaterial
Kurskosten:	Fr 100.-- pro Teilnehmer STV / Satus Mitglied, übrige Teilnehmer Fr. 250.-- (Kurskosten mussten den Preisen und dem Beitrag Sport Toto angepasst werden).
Kursleitung:	Bernhard Zürcher, Leiter Abt. Frauen/Männer/Seniorensport, TBO
Anmeldeschluss:	Freitag, 26. September 2014
Anmeldung mit Anmeldeformular an:	Zürcher Bernhard Rütihubelweg 13 3634 Thierachern 033 345 11 67 bernhard.zuercher@hispeed.ch Bitte wenn möglich elektronisch anmelden. Formular ab Homepage herunterladen, ausfüllen, auf lokalem PC speichern und dann per E-Mail senden.