

# Ferientraining am Landesleistungsstützpunkt Quernheim Osterferien 2017

( Dienstag 18. - Freitag, 21. April 2017 )



Liebe Fechterinnen und Fechter, liebe Eltern,

auch in diesen Osterferien bietet der Landesleistungsstützpunkt Kirchlengern in enger Kooperation mit dem Quernheimer Fechtclub e.V. ein offenes Ferientraining an.

Alle Fechterinnen und Fechter des Quernheimer FC **und aus NRW** sind herzlich eingeladen hieran teilzunehmen.

Die Trainingszeiten sind Dienstag bis Donnerstag, jeweils von 10:00-12:00 **und** 14:00- 16:30 Uhr, Freitag 10:00 - 13:00 Uhr in der Fechthalle Kirchlengern, Quernheimer Str. 40.

Die Trainingseinheiten werden durch den Stützpunkttrainer Tiberiu Rapolti und Vereinstrainer Max Noetzel durchgeführt.

Neben der Fechtbekleidung sind bitte Lafschuhe / Laufkleidung mitzubringen. Außerdem ist an Wechselkleidung zu denken (z.B. bei Regen oder durchgeschwitzter Kleidung nach dem Mittag...)

## **Nicht mehr ganz neu...:**

Wie auch in den vergangenen Trainingslagern bieten wir die Möglichkeit der Mittagsversorgung. Für die Mittagsversorgung **angemeldete** Fechter können in der Mittagspause von 12-14 Uhr an der Halle bleiben und werden mit Mittagessen / Getränken versorgt.

Die Zeit von 12-14 Uhr dient der Erholung und dem Essen. In der Halle finden dann keine Aktivitäten statt – dort ist während der Zeit „Chillout Area“.

Wichtig:

- **Während der Mittagszeit (12 – 14 Uhr) können nur Fechter in / an der Halle bleiben, die zur Mittagsversorgung angemeldet sind und am Mittagessen teilnehmen.**
- Für die Mittagsversorgung / Abschlussgrillen berechnen wir je Tag 6,- €
- Die angemeldeten Fechter dürfen sich nicht selbstständig, ohne Begleitung der Betreuer, von der Halle entfernen.

Die verbindliche **Anmeldung** für die Mittagsversorgung muss bis **Freitag, 7. April 2017** per Mail an [kassenwart@qfc-fechten.de](mailto:kassenwart@qfc-fechten.de) erfolgen. Das Geld für das Essen ist bitte am ersten Trainingstag für alle Tage mitzubringen.

Freitag, 21. April endet das Ferientraining um 13:00 Uhr nach erfolgtem Abschlussgrillen.

Für auswärtige Fechter versuchen wir auf Anfrage Übernachtungsmöglichkeiten zu realisieren.

Bei Rückfragen stehen wir zur Verfügung.

Sportliche Grüße,

Max Noetzel  
-Stützpunktleiter

Markus Wetzlar  
- Kassenwart -

