

# EINLADUNG ZUM O-TECHNIK-TL IM ELSASS

## 26. - 28.02.2016

An die Mitglieder des  
Badischen Kaderns

07.02.2016

Liebe Kaderläuferinnen und Kaderläufer,

die OL-Saison wird sehr bald wieder starten. Es wird also Zeit, sich mit einem Technik-Trainingslager wieder auf die Herausforderungen unserer Sportart einzustimmen: Querlaufen, Kartelesen, dabei einen klaren Kopf bewahren und die richtigen Entscheidungen unter physischer Belastung treffen.

Daher lade ich zu einem abwechslungsreichen OL-Wochenende ein, bei dem aber nicht nur der OL an sich auf dem Programm stehen wird. Weitere konkreten Informationen findet ihr hier:

### WAS HABEN WIR VOR

Wann?	Was?
26.02.	ab 14:30
	nachmittags
	abends
27.02.	vormittags
	nachmittags
	abends
28.02.	vormittags
	mittags

### SAISONPLANUNG 2016: EURE VORBEREITUNG

Da wir beim anstehenden Trainingswochenende individuell auf eure Saisonziele eingehen und eine gezielte und sinnvolle Vorbereitung erarbeiten möchten, bedarf es eurerseits einer Vorarbeit in einem überschaubaren Maße: Damit wir vor Ort direkt loslegen können erwarten wir von euch, dass ihr den Jahreskalender (siehe Mailanhang) ausdruckt, und darin die für euch wichtigen Termine des Jahres 2016 eintragt: Wann finden wo Wettkämpfe statt, wie wichtig sind euch diese? Was für andere Dinge stehen im Jahr 2016 bei euch an? Ein Schüler-Austausch oder gar Auslandsaufenthalt?

Shankara Isha Berger  
Landesjugendfachwart  
Orientierungslauf

Leipziger Allee 20  
76139 Karlsruhe  
tel 0721 / 50093165  
mobil 0177 / 5760153

Gibt es Phasen des Jahres, in denen ihr in sportlicher Hinsicht kürzer treten müsst, z.B. durch Abschlussprüfungen? Habt ihr weitere konkurrierende sportliche Ziele, wann schränken diese euch ein? Ich denke, dass euch dieser „Jahresplan“ nicht nur aus sportlicher Sicht helfen wird, das Jahr 2016 zu planen, sondern auch um zu sehen, was in diesem noch jungen Jahr auf euch zukommt ...

## DIE EIGENBETEILIGUNG

Diese wird 20 € betragen und umfasst Fahrt, Übernachtungen, Verpflegung, Trainingskosten, (sportliche) Betreuung - wie immer das volle Programm!

## ANMELDUNG BZW. ABMELDUNG

Ich weiß, dass die Einladung samt Terminänderung leider sehr spät erfolgt - es ging leider nicht anders. Dennoch bitte ich euch - da ihr mit Sicherheit zu diesem Zeitpunkt sehr gut wisst, ob ihr Zeit habt oder nicht - mir **schnellstmöglich** Rückmeldung zu geben, ob ihr teilnehmen werdet oder nicht. Beides hilft uns bei der weiteren Planung. Der Anmeldeschluss ist bereits **Freitag der 12.02.2016**. Bitte haltet diese Frist ein.

Das war's soweit von meiner Seite. Ich verbleibe mit sportlichen Grüßen und freue mich auf ein baldiges Wiedersehen,

Shanki



Shankara Isha Berger  
Landesjugendfachwart  
Orientierungslauf

Leipziger Allee 20  
76139 Karlsruhe  
tel 0721 / 50093165  
mobil 0177 / 5760153