



### Wintersaison Freestyle-Team Ski-Club Bonstetten

Wie im letzten Jahr haben wir auch für den nächsten Winter verschiedene Freestyletrainings sowie Contests in verschiedenen Disziplinen und in verschiedenen Skorten geplant. Ich bin sicher, dass wir auch in dieser Saison wieder viel Spass haben werden. Hast du Interesse mit dabei zu sein? Dann lies hier unbedingt weiter.

### Neue Ziele

Für die kommende Saison wollen wir nochmals ein Brikett auflegen und den Stand von Ende der letzten Saison topen. Wir geben euch nochmals ein Weekend dazu! Wir werden somit an sagenhaften 6 Weekends und 2 einzelnen Skitagen trainieren können. Wir werden die Kicker «überfliegen» und die Rails und Boxen «rocken». Wer kann dazu schon Nein sagen?

### Anforderungen für die Mitgliedschaft im Freestyle-Team:

- Das Trainerteam erwartet eine regelmässige Teilnahme
- Freude am Schneesport und am Freestylen
- Guter SkifahrerIN, guter SnowboarderIN, Mindestalter 7 Jahre
- Mitgliedschaft im Ski-Club Bonstetten
- Engagement im Ski-Club Bonstetten: Helfereinsätze, Sponsorenlauf, etc.
- Engagement der Eltern im Ski-Club: Helfereinsätze, evtl. Fahrdienst, etc.

Amon Grünbaum  
Snowboardtrainer  
Freiestrasse 12  
8610 Uster  
044 940 38 06  
079 679 21 02  
amon@grind.ch  
27.10.1986

Robi Sedlaczek  
Skitrainer  
Aumülstrasse 20  
8906 Bonstetten  
043 311 04 85  
078 880 68 18  
robi@grind.ch  
24.11.1983

Isabelle Ostermeier  
Skitrainerin  
Aumülstrasse 20  
8906 Bonstetten  
043 311 04 85  
079 759 98 89  
i.ostermeier@maka.ch  
22.08.1986

Martin Hofer  
Administration  
Bruggenmattweg 80  
8906 Bonstetten  
079 677 85 11  
044 701 11 71  
martin@mepro.ch  
30.06.1969

## INFOS FREESTYLE TEAM

### Was geht ab

Wir treffen uns jeweils am Morgen um 07:00 Uhr am Bahnhof und fahren gemeinsam ins Skigebiet. Der Ski-Club hat für einige Daten bereits einen Bus gemietet. Die Fahrt ist im Pauschalbetrag inbegriffen. Ein Chauffeur-Dienst der Eltern der Athleten kann unter Umständen notwendig sein. In den meisten Fällen werden wir im Skigebiet übernachten. Die Übernachtung ist im Pauschalpreis inbegriffen. Detaillierte Infos folgen jeweils, wenn der Übernachtungsort bekannt ist. Das Mittagessen ist nicht inbegriffen und muss von den Athleten selber mitgebracht werden. Sandwich, Thermosflasche mit warmem Tee, etc. im Rucksack. Wir werden immer in einem geheizten Raum Mittagessen.

### Kosten

Pauschalbetrag für ganze Saison            CHF 650.-

Kosten Trainingslager                        CHF 400.-

Alle im Programm mit einem Stern markierten Anlässe und Skitage sind im Pauschalbetrag inbegriffen. Dieser Betrag beinhaltet Anreise, Skibillete, Übernachtungen mit HP und allfällige Startgelder. Im Betrag für das Trainingslager sind alle Unkosten gedeckt (inkl. Vollpension). Alle weiteren Anlässe sind nicht im Pauschalbetrag enthalten und müssen separat bezahlt werden.

### Ausrüstung

TwinTip-Skis sind zum Freestylen sehr gut geeignet. Ein Helm ist obligatorisch und ein Rückenprotektor wird sehr empfohlen. Bitte lasst euch betreffend der Grössen im Fachgeschäft beraten.

### Vergünstigungen

Der Ski-Club bietet eine attraktive Einkaufswoche an. In der Woche vom 22. bis 26. November 2011 gibt es bei Stöckli Outdoor Sports in Wädenswil bis zu 25% Rabatt (siehe separate Info). Wir empfehlen euch von diesem tollen Angebot Gebrauch zu machen.

### Fragen und Anmeldung

Bei allfälligen Fragen steht Martin Hofer gerne Red und Antwort. Anmeldungen für das Freestyle Team nimmt er ebenfalls entgegen.



# JAHRESPROGRAMM FREESTYLE TEAM

## NOVEMBER 2011

22.-26. Di.-Sa. Einkaufswoche Stöckli-Ski Wädenswil  
Interessante Rabatte (bitte bei Martin melden)

25.-27. Fr.-So. \* Freestyle Eröffnung in SAAS-FEE

## DEZEMBER 2011

04. So. \* Unihockey Turnier, Bonstetten

10./11. Sa./So. \* Freestyle in Laax

## JANUAR 2012

15. So. \* Skitag gemeinsam mit dem Ski-Club

21./22. Sa./So. VAKI-Weekend, Melchsee-Frutt (nur für Väter mit den Kindern)

28./29. Sa./So. \* Rookie Attack im Snowland, Wildhaus

## FEBRUAR 2012

04./05. Sa./So. \* Freestyle im Snowpark Stätzertäli, Lenzerheide

19.-25. So.-Sa. Trainingslager Obersaxen

## MÄRZ 2012

11. So. \* Skitag gemeinsam mit dem Ski-Club

16.-18. Sa./So. Clubweekend, Clubmeisterschaften und LANDI-Cup in der Lenzerheide

24./25. Sa./So. \* Freestyle in Laax

## APRIL 2012

01./02. Sa./So. \* Freestyle Abschluss in Lenzerheide

## SOMMER 2012

Sommerweekend\* Freestyle Academy in Laax

Sommerabend \* Jumpin in Mettmenstetten

\* Die mit einem Stern markierten Anlässe und Skitage sind im Pauschalbetrag inbegriffen.

Weitere Contests werden individuell ausgewählt und angemeldet.

## ANMELDUNG

### NOVEMBER 2011

- 25.-27. Fr.-So. Freestyle Eröffnung in SAAS-FEE

### DEZEMBER 2011

04. So. Unihockey Turnier, Bonstetten  
 10./11. Sa./So. Freestyle im Tegia Gronda, Sedrun

### JANUAR 2012

15. So. Skitag mit dem Ski-Club  
 28./29. Sa./So. Rookie Attack im Snowland, Wildhaus

### FEBRUAR 2012

- 04./05. Sa./So. Freestyle im Mythen-Park, Ybergereg  
 19.-25. So.-Sa. Trainingslager Obersaxen

### MÄRZ 2012

11. So. Skitag mit dem Ski-Club  
 24./25. Sa./So. Freestyle in Laax

### APRIL 2012

- 01./02. Sa./So. Freestyle Abschluss in Lenzerheide

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse: \_\_\_\_\_

Wohnort: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Telefon P: \_\_\_\_\_

Mobil (Eltern): \_\_\_\_\_

Unterschrift der Eltern: \_\_\_\_\_

Snowboard

Ski

Bemerkungen: \_\_\_\_\_

## REGELN UND EINVERSTÄNDNIS-ERKLÄRUNG

### **Ehrenkodex im Freestyle Team**

- Ich respektiere die anderen Teammitglieder
- Die Älteren nehmen Rücksicht auf die Jüngeren und unterstützen sie
- Fairplay bedeutet Anstand und umgekehrt

### **Sportliches**

Das Freestyle Team ist oft im Funpark unterwegs. Die Gefahren sind mir bekannt und ich kenne die Regeln wie ich mich im Park verhalten muss. Wenn ich unsicher bin bespreche ich mein Vorhaben zuerst mit meinem Trainer.

### **Versicherung**

Die Versicherung ist Sache des Teilnehmers. Eine Unfallversicherung wird vorausgesetzt. Der Ski-Club Bonstetten übernimmt keine Haftung.

### **Transport**

Die Kleinbusse werden durch Personen gefahren die über keine spezielle Ausbildung verfügen.

### **Allgemein**

Jeder benimmt sich wie zu Hause. Wer überbordert wird von uns zurechtgewiesen. Die Grenzen werden durch die Trainer bestimmt.

### **Konsum**

Es gibt keine Zigaretten, keinen Alkohol und keinen Hasch!

Wer mit solchen oder ähnlichen Suchtmitteln erwischt wird, verlässt das Team sofort. Es werden keine Beiträge rückvergütet.

### **Medikamente oder Allergien**

Wer regelmässig Medikamente einnehmen muss oder starke Allergien hat, meldet sich noch vor dem ersten Training bei mir und informiert mich detailliert zum Thema.

### **Handys und elektronische Spiele**

Die Geräte werden bei Bedarf am Abend eingezogen und am Morgen wieder zur Verfügung gestellt, damit alle zum verdienten Schlaf kommen.

### **Einverständnis**

Mit meiner Unterschrift als Erziehungsberechtigter bestätige ich das Einverständnis mit diesen Regeln und mit den Bedingungen des Freestyle Teams.

Als Teilnehmer bestätige ich mein Einverständnis mit den Regeln und werde mich daran halten.

### **Teilnehmer**

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

### **Erziehungsberechtigte**

Name: \_\_\_\_\_ Vorname: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_