HESSISCHER RUDERVERBAND
IM LANDESSPORTBUND HESSEN e.V.

Lehrer-Trainer
Volker Lechtenberg
☎ 0178 2511058

Hanau, 28.11.2026

LSP Süd-Ost: Ausschreibung Ski-Trainingslager 02.-10.01.2026 in Madulain (CH)

Liebe SportlerInnen, Liebe Eltern, Liebe KollegInnen,

wir möchten eine langjährige Tradition wiederbeleben und bieten im kommenden Januar das sehr beliebte und bestens bewährte Ski-Lager wieder an.

Es findet vom 02.01.-10.01.26 in Madulain in der Schweiz statt. Das kleine Dorf im Oberengadin liegt inmitten eines der besten und berühmtesten Ski-Langlaufgebiete der Welt. In direkter Umgebung des Hauses gibt es mehr als 250 Kilometer bestens präparierter Loipen. Mit dem Engadiner Skimarathon wird alljährlich im März einer der größten Langlaufwettkämpfe weltweit mit mehr als 13.000 Teilnehmern dort ausgetragen. Es ist gibt also genügend Platz und hervorragende Bedingungen auf den langen, breiten und flachen Oberengadiner Loipen.

Informationen und Impressionen rund ums Langlaufen im Engadin finden Sie unter

https://www.engadin.ch/de

Teilnehmer:	Max. 20 Kadermitglieder des LSP Süd-Ost: LK, NK2 oder NK1
Abreise:	02.01.26 um 07:00h vom Bootshaus des Hanauer RC „Hassia“
Ankunft:	10.01.26 gegen Abend in Hanau
Unterkunft:	Ferienhaus Baselland, CHESA ROMEDI Hauptstrasse 15, CH-7523 Madulain
Kosten:	Eigenbeteiligung für Kadermitglieder € 260,- / Überweisung bis: 14.12.2025 an Hanauer Ruderclub Hassia, IBAN: DE62 5065 0023 0000 0834 2
Leistungen:	Vollverpflegung und Unterkunft, Kurtaxe, Loipenpass, An-/Abreise in Vereinsbussen und Privat-PKW, fundierte Betreuung inner- und außerhalb der Loipe
Inhalte:	Grundlagenausdauertraining, Verbesserung der Skating-Technik in Grob- und Feinform, Gymnastik, Rumpfstabilisation
Anmeldung:	**Bis 14.12.2025** mit angehängter Elternerklärung per e-mail an: lechtenberg@ruderclub-hassia.de
Skiausrüstung:	Es wird eine Sammelbestellung für CHF 180,- (vor Ort selbst zu zahlen) organisiert. Mit der Anmeldung bitte hier die Daten eintragen: https://forms.gle/UQ5i2qktMvaYQWe57 Für zerstörtes Material haftet der Mieter.

Es wird keine Reiserücktrittsversicherung abgeschlossen. Bei Bedarf ist diese Versicherung privat abzuschließen.

Packliste:

Allgemein:

Personalausweis, Krankenversicherungskarte (gültig auch für Ausland!)
Elternerklärung
Hausschuhe
Handtücher mitbringen, Bettwäsche wird gestellt
Mütze, Handschuhe, feste Schuhe, warme Kleidung
Gesellschaftsspiel
1 haltbarer selbstgebackener Kuchen

Für die Loipe und das Training:

Rudersachen (lange Ruderhose, Einteiler, Laufhose, Regenjacke, mehrere Oberteile, Weste, Gamex, Trainingsanzug, Skisocken)
dünne Handschuhe
Mütze
Laufschuhe
Pulsuhr
Hallenschuhe und kurze Trainingssachen
Badesachen

Zum Langlauftraining benötigen wir KEINE Skianzüge. Langlauf wird in windabweisender, atmungsaktiver Trainingskleidung durchgeführt. Die Rudersachen eignen sich hervorragend.
Elektronische Geräte aller Art sind nicht prinzipiell verboten - aber schon einigermaßen unerwünscht. Wir wollen Zeit mit Euch verbringen, so, wie Ihr seid und im richtigen Leben.
Ohne Filter und mit gesprochenem Wort.

Wir freuen uns auf ein erlebnisreiches Ski-Lager mit Euch!

Herzliche Grüße,
Volker Lechtenberg

HESSISCHER RUDERVERBAND
IM LANDESSPORTBUND HESSEN e.V.

ANMELDUNG UND ELTERNERKLÄRUNG

Hiermit melde ich mich/mein Kind, _____verbindlich zum Trainingslager des Hanauer Ruderclub Hassia / Hessischen Ruderverbandes 02.-10.01.26 in La Punt (CH) an.

Die Regelungen – insbesondere zu den Kosten – aus der Einladung/Ausschreibung zum Trainingslager habe ich zur Kenntnis genommen und erkenne sie an.

Den Anweisungen der Trainer und Betreuer ist Folge zu leisten.
Das Betreuerteam haftet nicht für eventuelle ordnungswidrige, unerlaubte Einzelaktionen von mir oder meinem Kind. In schwerwiegenden Fällen und auch im Falle von Krankheit hole ich mein Kind auf eigene Kosten vom Trainingslagerort ab.
Mein Kind darf sich außerhalb der betreuten Zeiten in Gruppen ab 3 Personen frei bewegen ☐ Ja ☐ Nein

Ich / mein Kind reise/reist selbstständig ☐ hin und/oder ☐ zurück

Kontaktperson und Telefonnummer für Notfälle / Krankheiten / wichtige Fälle (gerne auch Mehrfachnennungen):

_____
Wir nehmen alle Punkte dieser Anmeldung/Elternerklärung vollinhaltlich zur Kenntnis und erkennen Ihn als Bestandteil des Reisevertrages an.

_____
Ort, Datum, Unterschrift der/des Sportlers/-in und bei Minderjährigen eines Erziehungsberechtigten

Die folgenden freiwilligen Angaben sind für das Betreuerteam bestimmt. Sie sind für eine optimale Betreuung sehr wichtig und werden selbstverständlich vertraulich behandelt.

Ich habe/ Mein Kind hat folgende Bedürfnisse bzgl. Ernährung:

☐ vegetarisch ☐ vegan ☐ glutenfrei ☐ laktosefrei ☐ extra Käse 😀 ☐ andere:

Ich habe/ Mein Kind hat eine Allergie ☐ Ja ☐ Nein
Wenn ja, welche?

Ich habe/ Mein Kind hat Asthma ☐ Ja ☐ Nein
Ich / Mein Kind muss regelmäßig folgende Medikamente einnehmen:

Was noch wichtig ist: