

Wushu Zentrum Training PFINGSTLAGER 2015 Sa.23. – Mo.25. Mai Döttinger Ferienhaus, Fieschertal

Trainerteam

Wu Yongmei, Sandro Amrein, Kenny , Gregory Lanz, Andy Koch...

Training

Insgesamt werden wir während 12 Stunden trainieren verteilt über den gesamten Samstag und Sonntag, sowie Montagvormittag.



- **Wushu** - Es werden viele verschiedene Disziplinen gelehrt – unter anderem Partnerkampf, Fächer, Säbel, Stock, Schwert... Dank der Infrastruktur der Turnhalle können wir die Training mit jedem Wetter stattfinden. Das Wushu Programm eignet sich für Kinder (ab 10 Jahre alt) und Erwachsene.
- **Sanda** – Das Sandaprogramm wird individuell auf die jeweiligen Bedürfnisse der teilnehmenden Schüler angepasst.
- **Taiji** – Es werden neue Techniken in den Bereichen Taiji und Qigong gelehrt sowie das bestehende Wissen vertieft und ergänzt.



Anreise

- **Auto:** Fahrgemeinschaften (*Mitfahrgelegenheiten für Schüler bitte bei Yongmei melden*) oder individuelle Anreise ins Fieschertal
- **Bahn:** Mit der Bahn bis Brig, auf Matterhorn-Gotthard Bahn umsteigen bis nach Fiesch. Weiter mit dem Bus in Fieschertal (ca. 5min). *Falls Ihr ein GA habt, bitte melden.*



Unterkunft

Das Döttinger Ferienhaus liegt im Fieschertal und bietet für 79 Personen Schlafmöglichkeiten in grossen und kleinen Zimmern. Es gibt verschiedene Aufenthaltsräume und einen Essraum, in dem wir selber kochen werden. Des Weiteren gibt es Spielzimmer, Spielplätze, einen Fussballplatz und eine Turnhalle, die zum Haus gehört. Wir haben noch Beamer, und Games für die Spieler.

Verpflegung

Wir werden zusammen selber kochen. Die Küche ist gut ausgestattet. Einkaufsmöglichkeiten (Denner, Coop und Migros) gibt es in Fiesch.

Bemerkung:

1. für Freitagabend (Ankunftstag) ist **KEINE** Verpflegung vorgesehen. Bitte selbst für das Nachtessen sorgen (Sandwich oder ähnliches).
2. Am Samstagabend werden wir grillieren. Bitte das **Fleisch selbst mitbringen** oder vor Ort besorgen.



Am Montagmittag wird das Haus gemeinsam geputzt. Alle Teilnehmer sind für eine saubere Abgabe mitverantwortlich.

Anmeldung

Ab sofort bis spätestens **16.05.2015**.

Anmelden bitte durch Eintragen auf der Liste im Wushu Zentrum Bern (hängt an der Wand)

Mitnehmen

Trainingskleider, Waffen, Schuhe für draussen und drinnen, warme Kleidung
Pingpong-Schläger,
Kein Schlafsack benötigt



Kosten

Erwachsen und über 18 Jahre alt:

- CHF 250.00 für Training und Unterkunft inkl. Hallenmiete, Nebenkosten, Kurtaxe und für die restliche Verpflegung: 3x Frühstücke, 3x Mittagsessen und 2x Abendessen.

Kinder ab 10 bis 17 Jahre alt :

- CHF 230.00 für Training und Unterkunft inkl. Hallenmiete, neben kosten, Kurtaxe und für die restliche Verpflegung: 3x Frühstücke, 3x Mittagsessen und 2x Abendessen.
- Bahnkarte ist NICHT im Preis inbegriffen.



Versicherung

Ist Sache der Teilnehmer.