



Schaan, 07.03.2013

Einladung zum Radtraining

Wie im letzten Jahr führen wir auch heuer wieder ein Radtraining für alle begeisterten Radfahrer durch. Es freut mich besonders, dich zu diesem Training einzuladen, um mit uns mitzufahren.

Die Radsaison startet mit Walter Wehinger und dem **Spinning** im Fitnesshaus. Dazu treffen wir uns am Samstagmorgen ab dem 06. April vier Mal. Nach dieser Vorbereitung geht es ab auf das Rad zum wöchentlichen **Radtraining**. Jeden Montag treffen wir uns um 17:30 Uhr. Der Trainingsort ist noch nicht genauer bekannt, da wir noch auf der Suche nach einem geeigneten Unterstellplatz für unsere Räder sind.

Ein Highlight wird sicherlich das **Radrennen** ab 30. August in St. Gallen sein. Genauere Informationen sind leider noch nicht bekannt. Ich bitte dich trotzdem mir mitzuteilen, ob am Radrennen teilnehmen möchtest. Du erhältst dann weitere Informationen.

Die Radsaison endet am 30. September. Damit wir das Radtraining professionell organisieren können, bitte ich dich, die Anmeldung bis 26. März zu retournieren.

Gerne möchte ich dich in dieser Einladung auch auf unser jährliches **Trainingslager** hinweisen, zu dem du dich anmelden kannst.

Falls du Fragen hast, kannst du mich unter der Nummer 079 302 41 51 erreichen. Ich hoffe, dass wir uns beim Radtraining sehen.

Beste Grüsse

Philipp Ott
Sportkoordinator



Ausschreibung Radtraining 2013

Spinning

Datum: 06. / 13. / 20. / 27. April
Ort: Fitnesshaus Schaan
Zeit: 10.00 – 11.30 Uhr
Bitte kleines Handtuch und Trinkflasche mitnehmen!

Radtraining

Mai: 13. / 27.
Juni: 03. / 10. / 17. / 24.
Juli: 01.
August: 19. / 26.
September: 09. / 16. / 23. / 30.

Ort: Wird noch bekannt gegeben

Zeit: 17.30 – 19.00 Uhr

Mindestalter: Das Mindestalter beträgt 8 Jahre

Transport: LBV bietet einen Transport an. Bitte bei der Anmeldung angeben.

Ausrüstung: Trinkflasche, Radhandschuhe, Helm, Radbekleidung, Turnschuhe, Regenkleidung

Abmeldung: Wer nicht kommen kann, meldet sich bei:
Philipp Ott 079 302 41 51
Transport auch abmelden: +423 390 05 15

Special Olympics Trainingslager

Datum: 03. / 04. / 05. Mai 2012

Ort: Jugendherberge Schaan

Das Trainingslager ist für alle Athleten von Special Olympics Liechtenstein. Wir werden gemeinsam polysportiv trainieren und in neue Sportarten hinein schnuppern. Zudem werden am Samstagnachmittag die Athleten unter der Kategorie Special Olympics am Vaduzer Städtlilauf starten. Genaue Informationen folgen kurz vor dem Lager.



Radrennen St. Gallen

Special Olympics Switzerland organisiert in Zusammenarbeit mit der VALIDA St. Gallen die Regional Games. Sie finden vom 30. August – 01. September 2013 im Gebiet der Kreuzbleiche in St. Gallen statt.

Unter Regional Games versteht man Wettkämpfe, bei denen mindestens drei Sportarten am selben Austragungsort angeboten werden. Neben den World Games und den National Games sind die Regional Games die grössten Veranstaltungen von Special Olympics.

Die Regional Games von St. Gallen stehen unter dem Motto Fairplay, Geselligkeit und Freude. Es werden Wettkämpfe in den Sportarten Basketball, Fussball, Radsport und Reiten angeboten.

Genauere Informationen zum Radrennen folgen vor dem Rennen. Eine Anmeldung als Voranmeldung für einen Startplatz ist jedoch nötig.

Falls Eltern interessiert sind uns als freiwillige Helfer zu begleiten, sind sie jederzeit willkommen.

Es ist sehr wichtig, dass euer Rad vor dem Saisonstart im Service war und keine technischen Mängel aufweist. Ebenso wichtig ist der Zustand eures Helmes. Helme, die nicht richtig sitzen oder defekte Stellen aufweisen, sollten ausgewechselt werden, da sie bei allfälligen Stürzen keinen Schutz bieten.



Anmeldeformular bis 26. März 2013 an

Special Olympics Liechtenstein, Wiesengass 17, 9494 Schaan, info@specialolympics.li

Name/Vorname: _____

Adresse: _____

Geburtsdatum: _____

Telefon/Mobile: _____

E-Mail: _____

- Ich bringe mein eigenes Rad zum Training
- Ich brauche ein Rad von Special Olympics
- Ich fahre Dreirad
- Ich fahre Tandem
- Ich möchte Radfahren lernen

Ich wünsche einen Transport zum Training

Abholort: _____

Ich wünsche einen Transport nach dem Training

Zielort: _____

(Transport gilt nur innerhalb Liechtenstein)

- Teilnahme am Spinning: ja nein
- Teilnahme am Lager: ja nein
- Teilnahme am Radrennen (St. Gallen) ja nein