



LAUFFREUNDE NEWS 20/01 – Jänner 2020

Liebe Lauffreunde,

wir wünschen euch ein erfolgreiches und verletzungsfreies neues Jahr!

Gleich im Jänner starten wir in die neue Saison, deshalb vorab schon einige Infos zu den geplanten Tätigkeiten. Ein ausführliches Schreiben mit allen Terminen der weiteren Vereinsveranstaltungen folgt dann im Februar/März per Post.

WINTERSPORTTAG

Am Samstag, **18. Jänner 2020** veranstalten wir einen Wintersporttag in Asten für unsere Mitglieder mit Freunden und Familie. Treffpunkt ist um 13.00 Uhr in Asten, dann kann jeder nach Lust und Laune seinen Nachmittag gestalten:

Für Interessierte werden wir mit Unterstützung des Langlaufclubs eine kleine Einführung ins **Langlaufen** geben. Die Langlaufausrüstung kann beim Penserhof ausgeliehen werden (Treffpunkt dort um 12.00 Uhr). Es gibt des Weiteren die Möglichkeit in der näheren Umgebung mit den **Tourenski** oder **Schneeschuhen** zu wandern. Von unseren kleinen Mitgliedern kann die kleine aber feine **Rodelbahn** direkt an der Langlaufloipe genutzt werden.

Gegen 17.00 Uhr treffen wir uns dann wieder alle gemeinsam im Vereinshaus Pens, um bei einem leckeren Teller Nudeln den Tag gemütlich ausklingen zu lassen.

LAUFTREFF / TRAINING

Kinder & Jugendliche:

Das Kindertraining wird bis Frühling in der Halle fortgesetzt. Die Trainingszeiten bleiben wie bisher:

Matthias: Freitag 16.00-17.00 Uhr - Neue Turnhalle Mittelschule

Maria: Freitag 15.00-16.00 Uhr - Neue Turnhalle Mittelschule

Sandra: Mittwoch 18.00-19.00 Uhr - Alte Turnhalle Mittelschule

Erwachsene:

Das Training für Erwachsene mit Albert Rungger findet im Winter immer samstags mit Treffpunkt um 9.30 Uhr beim Sportheim statt und dauert ca. 1,5 Stunden.

>> **NEU!** Ab Jänner findet mittwochs von 17.00-18.00 Uhr auch für Erwachsene ein Hallentraining statt. Das Training in der Alten Turnhalle in der Mittelschule Sarnthein leitet Sandra Sparer. Die genauen Termine werden noch über die Lauffreunde-Whats-App-Gruppe bekannt gegeben.

Interessierte können zu jeder Zeit einsteigen, einfach vorbei schauen und ausprobieren!





FIDAL-TESSERIERUNG

Der Verein kann die für viele Rennen geforderte FIDAL-Tesserierung nur vornehmen, wenn der Mitglieds- und FIDAL-Beitrag eingezahlt wurde und wir im Besitz eines aktuellen ärztlichen Zeugnisses sind. Die Tesserierung verfällt alljährlich am 31. Dezember und verliert ihre Gültigkeit auch mit Ablauf des ärztlichen Zeugnisses! Deshalb bitten wir euch, uns rechtzeitig ein gültiges Attest zu mailen.

BEITRÄGE

Der Beitrag ist jeweils für das laufende Jahr gültig, wobei die neue Saison im Jänner beginnt und bis Dezember dauert.

Erwachsene ab Jg.2000:

Mitgliedsbeitrag 25,-€
FIDAL-Tesserierung 20,-€
Training 50,-€

Jugend Jg.2001-2002:

Mitgliedsbeitrag 25,-€
FIDAL-Tesserierung 10,-€
Training 50,-€

Kinder/Jugend bis Jg.2003 (Mindestalter: Vollendung des 5. Lebensjahres):

Pauschal 50,-€
beinhaltet Mitgliedsbeitrag, Sommer- und Wintertraining, Begleitung und Teilnahme an VSS-Rennen und Jugendbergläufen inkl. Fahrt, Nenngeld und FIDAL-Tesserierung

Bankverbindung IBAN:

ASC Sarntal Lauffreunde, Griesplatz 18, 39058 Sarnthein
Raiffeisenkasse Sarntal: **IT 96 C 08233 58870 000300019003**

Neuigkeiten und Infos gibt es auch im Internet: <http://www.asc-sarntal.it/de/sektion/lauffreunde.html>

Wir freuen uns auch dieses Jahr wieder auf viele Teilnehmer,
mit sportlichen Grüßen,
euer Ausschuss

Philipp Kemenater 333 8941834	Rosa Trojer 338 8723796	Karolina Thaler 347 4951739	Petra Mair 338 1962936	Barbara Vasselai 340 5317889
----------------------------------	----------------------------	--------------------------------	---------------------------	---------------------------------

