

Für das Trainingslager (eine Woche) packe ich ein:

Kleidung und Ausrüstung

Nachstehende Auflistung stellt einen Erfahrungswert dar und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Für das Trainingslager sollten vor allem Sportsachen mitgenommen werden.

Da wir im Wesentlichen draußen trainieren, sind angesichts der Jahreszeit warme Trainings Sachen und Nässechutz angesagt.

Wäsche zwischenzeitlich waschen ist eher auf Handwäsche beschränkt.

Für „Pressefotos“ Wettkampfbekleidung komplett mitnehmen.

Im Einzelnen:

Für das Training und die Freizeit:

2 lange Trainingshosen, Trainingsjacken

2-3 Sweatshirts

mindestens 6 T-Shirts, Oberteile

mindestens 6 Paar Strümpfe

2 kurze Hosen, Shorts

Regenschutzjacke, falls vorhanden auch ~hose

Spikes

möglichst 2 Paar Trainingsschuhe, Hallenschuhe

Kopfbedeckung (Mütze, Kappe)

Schal oder Tuch

Handschuhe

ausreichend Unterwäsche

Bei der weiteren Kleidung reichen insgesamt 1-2 Garnituren, es ist keine Modenschau geplant.

Sonstiges:

Waschzeug, Hygieneartikel, ggf. Waschmittel (für Handwäsche)

mind. 3-4 Handtücher, dabei Badetuch

Wer mit zum Schwimmen gehen will, Badesachen.

Hausschuhe, Badelatschen

Nachtwäsche

Schmutzwäschebeutel

Medikamente nach Bedarf, evtl. Mittel gegen leichtere Sportverletzungen

Die Eltern werden gebeten, besondere zu beachtende Punkte über ihre Kinder mitzuteilen.

Wichtig:

Personalausweis, Kinderausweis, Schülerschein (falls vorhanden) mitführen.

Für den Fall, dass ein Arztbesuch erforderlich sein sollte, bitten wir um Mitgabe der entsprechenden Unterlagen.

Wer einen Igelball hat, soll diesen mitnehmen.

Evtl. eine Iso-Matte mitführen.

Ggf. Maskottchen, Kuscheltier