

# WINTERTRAINING

## TRAMPOLIN UND POLYSPORTIVE AKTIVITÄTEN IN DER TURNHALLE FALERA

Von Dezember bis März, jeweils Mittwoch und Samstag hat der Verein Skireal5 die Turnhalle in Falera gemietet.

Die Halle wird in einen Trampolin und einen polysportiven Bereich aufgeteilt. Die Turnhallen- und Trampolinmiete sowie die Amortisation vom Trampolin werden vom Verein Skireal5 übernommen und werden entsprechend mit den Eintrittseinnahmen beglichen.

### Der Trampolin Bereich

An beiden Tagen steht das Trampolin den Mitgliedern zur Verfügung. Es wird immer eine Person für das Aufwärmen und die Sicherheit anwesend sein. Nichtmitglieder können sich vor Ort erkundigen ob es noch Platz hat.

Es wird ein gemeinsames Aufwärmen geben sowie ein paar Posten mit Übungen die während den Pausen zur Optimierung vom Trampolinspringen beitragen und selbstständig ausgeführt werden können.

### Der polysportive Bereich

Die andere Hallenhälfte können die Vereinsmitglieder polysportiv nutzen. Sportarten die den Springenden gefährden (z.B. Fussball) müssen untersagt werden.

In Zukunft wird am Samstag ein „Zirkeltraining“ stattfinden. Informationen oder Änderungen werden unter NEWS jeweils bis am Tag davor (24.00 Uhr!) auf [SKIREAL5.CH](http://SKIREAL5.CH) ausgeschrieben.

**Wichtig:** Ein kombinieren mit dem Trampolin Springen ist nicht vorgesehen.

### Zeiten

Mittwoch 19.30-21.00 Uhr  
Samstag 18.00-19.30 Uhr  
(Bis Ende März)

### Einzeleintritte

Trampolin Mitglieder	CHF	7.00
Trampolin Nichtmitglieder	CHF	15.00
Polysportiver Bereich	CHF	5.00

### Saison Karte (nur für Mitglieder!)

Trampolin & polysportiver Bereich	CHF	60.00
-----------------------------------	-----	-------

### Teilnehmer

Die Platzzahl ist beim Trampolin auf 12 und beim Zirkeltraining auf 15 Personen beschränkt! Freestyle Sportler haben beim Trampolinspringen Priorität! :-)

### Regeln

- Saubere Turnkleidung und Schuhe
- Befolge die Anweisungen der Verantwortlichen Person!
- Haftung ist Sache des Teilnehmers!

### Folgende Tage bleibt die Halle geschlossen

Mi 24.12.08  
SA 27.12.08  
Mi 31.12.2008  
SA 3.01.08