

INFORMATION FÜR WETTKÄMPFER/ LÄUFER

1. Wettkampf-/Laufbekleidung:

- enge schwarze Hose (kurz oder lang)
- TSG- T-Shirt oder TSG-Top
- 4 Sicherheitsnadeln
- Laufschuhe,Spikes,ggf. Hallenschuhe
- Trainingsanzug

2. Pünktlich am Treffpunkt erscheinen (Parkplatz gegenüber der Schulturnhalle;Zeitpunkt und Trainer werden unter Nachrichten veröffentlicht).

3. Wer direkt zum Wettkampf/Lauf kommt,gibt dem Trainer (siehe Nachrichten)bescheid und meldet sich am Wettkampfort eine Stunde vor Wettkampfbeginn beim zuständigen Trainer.

4. Wettergemäße Kleidung (Regenjacke,Sonnencreme etc.) mitnehmen.

5. Genug zum Trinken und Essen mitnehmen bzw. Geld,da vor Ort meistens für Verpflegung gesorgt ist.

6. Abgabetermine für die Anmeldungen (siehe Downloads) beachten, da Nachmeldungen selber bezahlt werden müssen bzw. manchmal nicht möglich sind.

7. Für die begleitenden Eltern:

- Bitte als Helfer melden;da seid Ihr Euren Kindern am nächsten.
- Die Kinder haben viel trainiert und sich sehr angestrengt,deshalb gönnt ihnen die Siegerehrung und fahrt nicht schon vorher heim.
- Die Trainer kennen die sportliche Seite der Kinder am besten,des- halb bitte kein konträres Privatcoaching.

VIEL SPASS UND ERFOLG !!!

EURE TRAINER