

Anhang zum Flyer MRRC Trainingslager Arber und Anmeldeformular

Vorauss. Ablaufplan Trainingslager Do, 05. bis So, 08.09.2019 im Bayerischen Wald
(Änderungen vorbehalten)

Preis pro Person für Unterkunft mit Halbpension	190 EUR
--	----------------

Datum	Uhrzeit	Aktivität	Ort
Do, 05.09.	13.00 Uhr	Anreise nach Zwiesel und Begrüßung	Jahnstadion Zwiesel
	13.30 Uhr	Bahneinheit	Jahnstadion Zwiesel
	16.00 Uhr	Treffpunkt Talstation Großer Arber Wanderung zur Zwieseler Hütte ³	Talstation Großer Arber
	19.00 Uhr	Abendessen ^{1,4}	Zwieseler Hütte
Fr, 06.09.	08.15 Uhr	Frühstück ^{1,4}	Zwieseler Hütte
	09.30 Uhr	Bergeinheit/Traillauf	Zwieseler Hütte
	12.00 Uhr	Mittag: Eigenverpflegung ^{2,4}	Zwieseler Hütte ²
	14.30 Uhr	Bergeinheit/Traillauf	Zwieseler Hütte
	17.00 Uhr	Athletik und Entspannung	Zwieseler Hütte
	18.30 Uhr	Abendessen ^{1,4}	Zwieseler Hütte
	20.00 Uhr	Vortrag/Interaktion ggf. „Mobilität als Basis für mehr Leistung“	Zwieseler Hütte
Sa, 07.09.	08.15 Uhr	Frühstück ^{1,4}	Zwieseler Hütte
	09.30 Uhr	Bergeinheit/Traillauf, ggf. „kleiner“ Staffelwettkampf	Zwieseler Hütte
	12.00 Uhr	Mittag: Eigenverpflegung ^{2,4}	Zwieseler Hütte ²
	13.15 Uhr	Treffpunkt Zwieseler Hütte Wanderung zur Talstation Großer Arber ³	Zwieseler Hütte
	14.30 Uhr	Einchecken Gästehaus/Feriendorf	Gästehaus/Feriendorf
	15.15 Uhr	Bahneinheit oder Traillauf	Jahnstadion Zwiesel/ Hennenkobel
	16.45 Uhr	Athletik und Entspannung	Jahnstadion Zwiesel
	19.00 Uhr	Abendessen ^{1,4}	Pfarrzentrum Zwiesel
	20.00 Uhr	Vortrag/Interaktion ggf. „Myofasziales Training“	Pfarrzentrum Zwiesel
So, 08.09.	08.15 Uhr	Frühstück	Pfarrzentrum Zwiesel
	09.30 Uhr	Gemeinsamer Dauerlauf durch den Bayerischen Wald	Trinkwassertalsperre/ Zwieseler Waldhaus
	12.00 Uhr	Mittagssnack ^{1,4}	Pfarrzentrum Zwiesel
	13.30 Uhr	Verabschiedung und Abreise	

¹ Leistungssportgerechte Verpflegung (zudem nach Möglichkeit regional und ökologisch)

² Alternative: <http://arberschutzhaus.de/arberschutzhaus.html> oder <https://www.arber.de/gastronomie/eisensteiner-huette.html?T=0> (ca. 400m entfernt von Zwieseler Hütte)

³ Alternative: Gondel zum Gipfel / vom Gipfel zur Talstation (separat zu zahlen), Fahrzeiten täglich von 9 bis 16.30 Uhr
Parkgebühren Talstation für Auto: 3,- € pro PKW/Tag

⁴ Alle Getränke exklusive, sprich selbst zu zahlen (außer Kaffee und Tee)

Anhang zum Flyer MRRC Trainingslager Arber und Anmeldeformular

SONSTIGE INFORMATIONEN

Was muss mitgenommen werden für Zwieseler Hütte:

Bettlaken
(Hütten-)Schlafsack oder Bettbezug für die vorhandenen Bundeswehrdecken
Handtuch/-tücher, ggf. Sport Microfaser Handtuch
ggf. Hüttenschuhe oder dicke Socken
Sport- und witterungsgerechte Kleidung

Hinweis: Zwecks Wanderung zum Gipfel / Zwieseler Hütte und dortiger Übernachtung empfiehlt sich die Mitnahme bzw. der Transport der Kleidung und Übernachtungsutensilien in einem Rucksack.
Ggf. können die Sachen per Gondel oder Auto zur Hütte gebracht werden.

Was soll mitgenommen werden für Zwieseler Hütte:

Taschenlampe oder Stirnlampe
Benötigte Snacks und spezielle Getränke für zwischendurch

ADRESSEN

Jahnstadion Zwiesel Jahnstraße 16 94227 Zwiesel	Talstation Großer Arber Talstation Großer Arber 1 94252 Bayerisch Eisenstein https://www.arber.de/
Zwieseler Hütte Gipfel des Großen Arber http://www.zwieseler-huette.de/	Zwieseler Waldhaus Erweiterungsgebiet Nationalpark Bayerischer Wald 94227 Lindberg bei Zwiesel
Kath. Stadtpfarrei St. Nikolaus Zwiesel Pfarrzentrum Prälat-Neun-Straße 17 94227 Zwiesel	Wanderparkplatz Trinkwassertalsperre Frauenau Schachtenstraße 94258 Frauenau
AWO Arber Feriendorf Zwiesel Karl-Herold-Straße 94227 Zwiesel http://www.ferienwohnung-in-zwiesel.de/ Verfügbar: Ferienwohnungen bis zu 6 Personen	Ausgangspunkt zum Hennenkobel: AWO Arber Feriendorf Zwiesel

ANMELDUNG und AN-/BEZAHLUNG

Anmeldung mit Anmeldeformular bis spät. 19.07.2019

Anzahlung über 50 EUR direkt bei Anmeldung in bar oder per Überweisung auf folgendes Konto
(Angabe von Name Athlet und „TL Arber“ unter **Verwendungszweck**):

Benjamin Weiderer, IBAN: DE18700905000003713946, BIC: GENODEF1S04, Sparda Bank München

Hinweis: erst nach Anzahlung habt ihr euren Platz sicher!

Restzahlung über 140 EUR bis spät. 09.08.2019

Anhang zum Flyer MRRC Trainingslager Arber und Anmeldeformular

Anmeldung zum Trainingslager vom Do, 5. bis So, 8. September 2019 am König des Bayerischen Waldes (Gr. Arber, 1.456 Hm)

Wichtige Hinweise

Aufsichtspflicht

Die Teilnahme / Anmeldung von Jugendlichen unter 18 Jahren kann nur zusammen mit mind. einem Elternteil oder sonstigen mitreisenden Erwachsenen, der/die die Aufsichtspflicht übernimmt/übernehmen, erfolgen! Bei alleinreisenden Jugendlichen unter 18 Jahren daher bitte Untenstehendes bei Anmeldung ausfüllen und unterschreiben.

Haftungsausschluss

Jeder Teilnehmer nimmt auf eigene Rechnung und Gefahr am Trainingslager teil. Ein Haftungsanspruch gegenüber dem Veranstalter besteht nicht.

Datenschutz

Die Daten werden ausschließlich zum Zweck der Organisation und Durchführung des Trainingslagers erhoben und verarbeitet. Rechtsgrundlage dafür ist die Datenschutzgrundverordnung (DSGVO) Art. 6 Abs. 1a (Einwilligung) und Art. 6 Abs. 1b (Vertragserfüllung).

Sie haben das Recht auf Auskunft. Sie können der Nutzung Ihrer Daten – auch der teilweisen Nutzung – mit Wirkung für die Zukunft jederzeit durch eine formlose E-Mail-Mitteilung an b.weiderer@web.de widersprechen. Bei Widerspruch zur (teilweisen) Nutzung bzw. bei Auftrag zur Löschung der Daten ist die Teilnahme an der Veranstaltung oder sonstige teilweise Erfüllung vereinbarter Leistungen nicht mehr möglich.

Sonstiges

Als Teilnehmer erkläre ich, dass ich ausreichend trainiert habe, körperlich gesund bin und mein Gesundheitszustand ärztlich bestätigt wurde. Ich bin damit einverstanden, dass die von mir gemachten Fotos, Filmaufnahmen in den Medien ohne Vergütungsanspruch meinerseits genutzt werden dürfen und die in meiner Anmeldung genannten Daten zur internen Verarbeitung gespeichert werden. Ich versichere, dass meine genannten Daten richtig sind. Mit meiner Anmeldung erkläre ich, dass ich mit den Teilnahmebedingungen einverstanden bin.

Name, Vorname

Geb.datum

Eigenes Auto

Mitfahrgelegenheit benötigt

Adresse

Telefon

E-Mail

Vegetarier

Veganer

Bekannte Lebensmittelunverträglichkeiten

Ort, Datum

Unterschrift

Anhang zum Flyer MRRC Trainingslager Arber und Anmeldeformular

Bestätigung zur Übertragung der Aufsichtspflicht für alleinreisende Jugendliche

Hiermit bestätige ich/wir und erkläre unser Einverständnis, dass mein/e / unser/e Sohn/Tochter

_____ am MRRC Trainingslager vom 05. bis 08.09.2019 teilnimmt.

Des Weiteren bestätige ich/wir, dass die Aufsichtspflicht in dieser Zeit von Herrn/Frau

_____ übernommen wird.

Mit der Unterzeichnung dieser Erklärung bestätigt Herr/Frau

_____ zugleich die Übernahme der Aufsichtspflicht.

Ich/wir stelle/n den MRRC München e.V. von jeglicher Haftung frei.

Ort, Datum

Erziehungsberechtigte/r

Aufsichtspflichtige/r