

Einladung Stage Lausanne

Es ist schön alle Kaderfechter*innen, die sich für die Wettkämpfe in Basel, Udine und Bratislava qualifizierte haben, für das Stage in Lausanne vom **27. bis 30. Dezember 2024** einzuladen. Dort könnt ihr euch optimal und gemeinsam mit dem restlichen Team auf die zweite Saisonhälfte und die internationalen Turniere vorbereiten. Das Programm unten bietet eine ideale Mischung aus Training, Turniersimulationen und Freizeitaktivitäten. Achtung! Für die zusätzlichen Aktivitäten neben dem Fechten muss zusätzlicher Sportkleidung mitgenommen werden.

Unterkunft und Verpflegung

Das Mittagessen wird für alle organisiert.

Die Übernachtungen, das Abendessen davor und das Frühstück danach sind freiwillig. Dieses findet in der Jugendherberge in Lausanne statt. Anmeldung via Mail bis zum 18.12. an flurin.gaechter@swiss-fencing.ch. Es können nur alle Übernachtungen und Mahlzeiten reserviert werden.

Bitte meldet euch bei mir, wenn ihr dort übernachten möchtet. Es fallen zusätzliche Kosten für Unterkunft und Verpflegung von 200.- an.

Wichtige Hinweise

- Bitte die Anmeldung so bald wie möglich über Ophardt bestätigen.
- Bringt bitte euer komplettes Fechtmaterial (inkl. Ersatzmaterial) sowie Kleidung für die Indoor- und Outdoor-Aktivitäten mit.
- Die Mittagspausen werden organisiert.
- Kosten Lager: 300 CHF (Übernachtung: +200 CHF)

Die Anmeldung für das Lager erfolgt über Ophardt und für die Übernachtung schriftlich bis am 18.12. über den Verband (Flurin Gächter). Wir freuen uns auf ein motivierendes Trainingslager mit euch und eine erfolgreiche Vorbereitung auf die anstehenden Turniere!

Programm

Stage Lausanne 27.12.2024 - 30.12.2024								SWISS FENCING	
Freitag 27.12.2024		Samstag 28.12.2024		Sonntag 29.12.2024		Montag 30.12.2024			
08h00									
08h15									
08h30		Frühstück Jugendherberge		Frühstück Jugendherberge		Frühstück Jugendherberge			
08h45		08h00		08h00		08h00			
09h00		Meeting Coach		Meeting Coach		Meeting Coach			
09h15									
09h30		Warm-Up		Warm-Up		Warm-Up			
09h45									
10h00		Beinarbeit		Beinarbeit		Beinarbeit			
10h15									
10h30									
10h45									
11h00		Fechten Lektionen	Fechten mit Thema	Turniersimulation Individuel	Turniersimulation Individuel	Turniersimulation Team	Turniersimulation Team		
11h15									
11h30									
11h45									
12h00									
12h15	Meeting Coach								
12h30									
12h45									
13h00									
13h15									
13h30									
13h45									
14h00									
14h15	Arrival	Badminton		Tischtennis		Schlittschuhfahren			
14h30									
14h45									
15h00	Warm-Up								
15h15									
15h30	Beinarbeit								
15h45									
16h00									
16h15		Fechten mit Thema	Fechten Lektionen	Fechten Lektionen		Romeo & Julia			
16h30									
16h45									
17h00	Fechten Lektionen								
17h15									
17h30									
17h45									
18h00								End	
18h15									
18h30									
18h45									
19h00		Gemeinsames Nachessen							
19h15									
19h30	Nachessen Jugendherberge			Nachessen Jugendherberge					
19h45									

Jean-Marc Cagnet jean-marc.cagnet@swiss-fencing.ch
Vivian Garnier vivian.garnier@swiss-fencing.ch

Khashy Saleki saleki@saleki.ch
Simone Preite simone.preite@gmail.com

Fechter*innen

Udine	Basel	Bratislava
Pauline Heubi	Juliano Squieri	Dana Rezzonico
Vanie Gogniat	Gianluca Wicht	Sarah Mihalache
Louna Magda Maiga	Maurice Stähli	Arianna Baldini
Salema Riadi	Paul Pfeifer	Audrey Gautier
Andrina Lusti	Aurélien Favre	Lina Kuonen
Anna Lionello	Samuel Charbonnet	Maria Monioudis
Eline Hofer	Pavlo Borer	Nuria Wildi
Sophie Mihalache	Leopold Von Schonborn	Amélie Glöckner
Léonie Ramuz	Neel Widmer	Mariel Hofer
Vivienne Meyer	Arthur Favre	Georgina Kasper
Grâce Donzallaz	Arturo Lionello	Kelechi Omagbe
Anaëlle Aamlid	Eric Ischi	Pierre-Louis Migeon
	Léo Passot	Juri Heer
	Arthur Perret	Louis Regnat
	Nicolas Demierre	Eric Bosshard
	Raphaël Degorce	Noah Petrini
	Gaspard Quelin-Guerlais	Ramon Pegoretti
	Arthur Stolz	Cajus Langenscheid
	Riccardo Tomasin	Gautier Estable
	Julien Ulrich	Lionel Bosshard
		Aurélien Gautier
		Martin Dessimoz