

# Checkliste für Oäuer /Eltern der Oäuer

- Ab-und Anmeldung des Trainings immer bei dem Verantwortlichen des Trainings-> hier die Abkürzungen

CM	Christina Moser
FC	Fosca Calaciura
DH	Daniela Häusler
CW	Claudine Weber
TB	Tobias Blum
JB	Jenny Berger
US	Ursula Schneeberger
- Ab Mittag des jeweiligen Trainings sind Änderungen aufgeschaltet.
- **Regionale und NAT.A.** Läufe welche sich auf dem Läuferblatt befinden werden vom Hauptleiter angemeldet. Bei NAT.A Läufen muss beachtet werden, dass ich diese 14 Tage vorher anmelde->kosten bleiben bestehen für den nicht Startenden, wenn die Abmeldung zu spät kommt.
- Wer sich auf dem Läuferblatt angemeldet hat, sollte sich frühzeitig abmelden damit wir Buskosten sparen können. *Dies klappte in den letzten Malen nicht mehr.*
- **Nacht-OL** ist zu bedenken, dass jeder Läufer eine starke Lampe benötigt, diese werden vom Hauptleiter organisiert für alle Teilnehmer der OLV Langenthal **auch hier benötigt es ein frühes Abmelden da die Lampen 24 Stunde zuvor aufgeladen werden.**
- **IMPOLS** Läufe sind nicht gratis hier sollten die Kinder jeweils 5.-Fr. dabei haben für das Startgeld plus 2.- Fr Badge – Miete
- **IMPOLS** -Läufe sind gute Einsteiger Wettkämpfe, sehr gute Trainings für Fortgeschrittene Oäuer.
- **Regeln bei Läufen wie folgt.**
  1. Die Kleider werden nach jedem Lauf gewechselt (Zecken bleiben auch im Auto--- Bus)
  2. Alle Läufer sollten sich gegen Zeckenbisse schützen sei es durch Langarmpullover oder Langenhosen, einer Impfung, Nachschauen ob ein Zeck angebissen hat.
  3. Alle sollten immer ein zweites Paar Schuhe zum Wechseln dabei haben. (Nasse Schuhe sind unangenehm /der Schmutz bleibt so auch weg.)
  4. Kleider sollten dem Wetter angepasst sein. Kappen, Handschuhe, Socken sollten immer in der Tasche sein; sowie ein Frotte-Tuch.
  5. Es wird auch bei jedem Lauf wo auch immer, geduscht. Da die Gerüche manchmal sehr unangenehm sind. Voraussetzung eine Dusche ist vorhanden
  6. Verhaltensregel in den Fahrgelegenheiten sind nicht ganz gleich wie bei den Privat Fahrzeugen-> das Autofahren mit so vielen Kindern ist auch für die Fahrer eine Herausforderung, deshalb bitten wir Euch das Mitfahren auch dem Fahrer so angenehm wie möglich zu machen.  
Auto's sind keine Spielwiesen

7. In den Autos wird nicht mehr gegessen /getrunken-> die Säuberung der Autos bleibt immer bei den Fahrenden hängen ☹️

### Leiteranliegen

- Hallentrainings
  1. Es werden keine Gegenstände selber aus dem Geräteraum geholt
  2. In der Halle wird nicht getrunken oder gegessen
  3. **Hallen-Turnschuhe** sehen wir als Pflicht -> Verletzungsgefahr ist geringer
  4. Wertgegenstände bitte in die Halle nehmen
  5. Im Winter immer Kleidung dabei haben damit wir nach draussen können  
z.Bsp Trainerjacke, Lange Hose
  6. Dienstagstrainings sollten alle Kinder mit einer Stirnlampe und einer Leuchtweste ausgestattet sein zur eigenen Sicherheit.
  7. Körperliche Probleme sollten den Leitern mitgeteilt werden, damit wir reagieren können.

Die Samstags-Trainings sind freiwillig wären aber froh um eine Anmeldung, wenn man Interesse hat. Wegen folgenden Gründen -> Karten/Bus bei Auswärtstrainings ect...Die Samstagstrainings sind grundsätzlich für alle offen auch für Eltern

### Allgemein Information

Zurzeit sind wir sehr reduziert von den Helfern im Trainingsbereich, das bedeutet das wir angewiesen sind auf ein miteinander für einander, damit es keine Reiberei gibt. Je besser wir mitdenken umso einfacher geht es in vielen Bereichen.

Wir danken allen für Eure/Dein Verständnis und freuen uns auf eine gute Wintersaison 2017/2018

### Aktuelles noch in diesem Jahr 2017

- ➔ Versch. Samstagstrainings mit Bus und ohne->letztes Training 16.12.2017
- ➔ Schlusslauf 28.10.2017
- ➔ Spez.BMO Sonntag 29.10.2017
- ➔ DuoNol Freitag 10.11.2017 bei mir melden Nacht-OL der Coolen Art
- ➔ Chlousehöcke 8.12.2017
- ➔ GV Februar 2018 bitte Datum freihalten

### **PS Ab Januar 2018**

*werden wieder Läuferblätter verteilt welche Mitte Februar 2018 zurückgefordert werden auch hier Datum einhalten.*

*Trainingstag wie Trainingszeiten werden geändert jedoch nur durch diese Zeit Jan-März danach Outdoor- Programm, im Herbst 2018 wie 2017.*