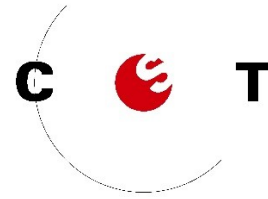


12. Familien-Wochenende im Centro Sportivo Tenero
08.-10. September 2023
Programm und Sportarten



Anmeldung erfolgt neu mittels Google Formular

Anmeldungs-Link -> Ausfüllen bis spätestens ~~16.~~ **verlängert -> 30. Juni 2023**

Das Amt für Sport und Gesundheitsförderung initiiert zusammen mit dem CST www.cstenero.ch diese Aktion für Zuger Familien. Erwachsene und Jugendliche üben im CST gemeinsamen Sport aus. Allgemeines Programm ist unten aufgeführt! Details werden ca. zwei Wochen vor dem Anlass versandt. Die Rechnungsstellung erfolgt nach Abzug eines kantonalen Beitrages durch das Amt. Das Angebot ist auf total 40 Personen beschränkt.

Programm Freitag

- Bis 19.00 Anreise, **bei Verspätung bitte (Matthias: 079 444 63 62) frühzeitig anrufen.**
19.15 Nachtessen, wer nicht interessiert ist, bitte umgehend an obige Telefonnummer melden.
20.30 – 21.30 Treffpunkt zu Sportbetrieb 1 (kleine Kennenlernspiele)
22.30 spätestens Nachtruhe

Prov. Programm Samstag

- 07.15 Frühstück Mensa (als Gesamtgruppe einzutreffen)
08.45 – 09.45 Sportbetrieb 1 (2-3 Sportarten)
10.00 – 12.00 Sportbetrieb 2 (2-3 Sportarten)
12.45 Mittagessen Mensa (als Gesamtgruppe einzutreffen)
14.00 – 16.00 Sportbetrieb 3 (2-3 Sportarten)
16:30 – 18.00 Sportbetrieb 4 (2-3 Sportarten)
18.30 Apéro
19.15 Abendessen, anschliessend freie Sportmomente oder Feierabend
22.30 Nachtruhe

Prov. Programm Sonntag

- 08.00 Frühstück Mensa ((als Gesamtgruppe einzutreffen)
09.30 – 12.00 Sportissima (freie Wahl, ohne Voranmeldung, Blöcke von je 30 Minuten)
12.45 Mittagessen (als Gesamtgruppe einzutreffen)
Anschl. Individuelles Baden am See oder/und Rückreise.

*Die Idee ist es, dass möglichst viele Sportarten entdeckt, eventuell vertieft werden können.
Für Risikosportarten werden Instruktoren von Sisport eingebunden. Ev. kommen eigene Leiter mit.*

Zusätzlich mögliche Sportarten während der Freizeit

Basketball, Tischtennis, Frisbee, Jonglieren, Kubb, Spikeball/Roundnet und Schwimmen (es ist immer möglich im See auf eigene Verantwortung zu schwimmen)

Für Fragen stehe ich gerne zur Verfügung, bis bald!
Sportivi saluti

Matthias Stierli
matthias.stierli@zg.ch