

Ittigen, 13.11.2019

## **Aufgebot Trainingslager und Weihnachtsshow Elite- und Junioren-Nationalmannschaft, 09.-15.12.2019**

### **Convocation Camp d'entraînement et Christmas-Show équipes nationales élite et juniors, 09.-15.12.2019**

**Organisation:** Susanne Gries; susanne.gries@swiss-swimming.ch

**Coaches:** Elodie Hernandez; elodie.her@gmail.com  
Tania Rudkovskaya; 4rudkovskaya@gmail.com  
Alisa Radukh; alisaradukh@gmail.com  
Viviane Ladouceur; vivisynchro@gmail.com

#### **Teilnehmerinnen Elite / Participants Elite:**

Chobaz Vanessa (MORG)	Thöni Alyssa (LNZ)
Egli Mila (LNZ)	Varesio Margaux (SYB)
Grosvenor Emma (SYB)	Vetter Mahelet (SYB)
Helfer Anouk (SYB)	Weibel Alissa (LNZ)
Peschl Joelle (SYB)	Zollinger Tessa (LNZ)

#### **Teilnehmerinnen Junioren / Participants juniors:**

Bächtold Kim (LUG)	Ponsar Alice (MORG)
Battaglia Giorgia (LUG)	Rasmussen Gaia (GN1885)
Fahrni Ilona (MORG)	Semon Alicia (DSV)
Jütz Jessica (FLOS)	Semon Fanny (DSV)
Lippuner Ladina (FLOS)	Stettler Aline (SYB)
Morel Milla (GN1885)	Stojkovic Anastasija (MORG)
Müntener Sofie (LNZ)	Tary Anna (SRSO)
Nippel Fabienne (SYB)	Trincia Chiara (LNZ)
	Von Büren Alisia (SRSO)

**Ort/Lieu:** Centro Sportivo Tenero, Via alle Brere 10, 6598 Tenero-Contra

**Treffpunkt/** Junioren: Montag, 09. Dezember 2019, **14:00h** am Empfang des Sportzentrums  
**Rendez-vous :** Juniors : **Lundi 09 décembre 2019, 14h00** à l'accueil du centre sportif  
Elite: Montag, 09. Dezember 2019, **18:00h** am Empfang des Sportzentrums  
Elite : **Lundi 09 décembre 2019, 18h00** à l'accueil du centre sportif

**Unterkunft/** Centro Sportivo Tenero, 6598 Tenero-Contra  
**Hôtel:**

**Schule:** Jeden Tag haben die Schwimmerinnen ca. 2h Zeit zum Lernen für die Schule.  
**Ecole :** Chaque jour, les nageuses auront env. 2h pour étudier pour l'école.

**Ende/** Sonntag, 15.12.2019, ca. 17:00h nach der Weihnachtsshow.  
Individuelle Heimreise ab Zürich-Kloten

**Fin :** Dimanche, 15.12.2019, env. 17h00 après le Show de Noël.  
Retour individuel à la maison depuis Zurich-Kloten.

Sponsors



Partners



**Mitnehmen:** Persönliche Utensilien, Schwimmausrüstung, Sportausrüstung, warme Kleider, Theraband, CH-Badekappe, Kurzflossen, Gewichte, Schnorchel, SBB-GA oder Halbtax falls vorhanden

**Prendre avec :** Affaires personnelles, affaires de piscine, affaire de gymnastique, habits chauds, Theraband, bonnet suisse, petites palmes, poids, tubing, AG CFF ou demi-tarif si vous l'avez.

**Finanzielles:** Die Reisekosten nach Tenero und von Kloten nach Hause gehen zu Lasten der Schwimmerinnen.  
Die Reisekosten mit dem Zug von Tenero nach Kloten werden von Swiss Swimming übernommen – bitte unbedingt GA oder Halbtax-Abonnement mitnehmen, falls vorhanden

**Finances :** Les coûts de voyage à Tenero et de Kloten à domicile sont à la charge de la nageuse.  
Les coûts de voyage en train de Tenero à Kloten sont pris en charge par Swiss Swimming si vous n'avez pas d'AG CFF – il faut prendre avec l'AG ou l'abonnement demi-tarif si vous l'avez.

**Versicherung:** Die Schwimmerinnen sind nicht über Swiss Artistic Swimming versichert. Jede Teilnehmerin ist selbst für eine ausreichende Versicherung verantwortlich.  
Swiss Artistic Swimming lehnt jegliche Verantwortung ab.

**Assurance :** Les nageuses ne sont pas assurées par Swiss Artistic Swimming. Chaque participante est responsable d'avoir une couverture suffisante. Swiss Artistic Swimming décline toute responsabilité.

## **Programm:**

### **Programme:**

09.12.2019 14:30-18:00h Wassertraining / entraînement dans l'eau (Juniors)  
18:30h Abendessen / Repas (alle / tous)

10.-14.12.2019 07:15h Frühstück / petit déjeuner  
08:00-12:00 Wassertraining / entraînement dans l'eau  
12:15h Mittagessen / repas  
14 :00-18 :00h Wassertraining / entraînement dans l'eau  
18:30h Abendessen / Repas (alle / tous)

15.12.2019 07:15h Frühstück / Petit déjeuner  
08:35h Abfahrt nach Zürich-Kloten / Départ pour Zurich-Kloten  
Mittagessen / repas  
13:00h Einschwimmen für Weihnachtsshow / échauffement pour le Show  
15:00h Weihnachtsshow / Show de Noël

**Verpflegung/** Vollpension. Die erste Mahlzeit ist das Abendessen am 09.12.2019  
Am Sonntag 15.12. wird das Mittagessen unterwegs oder im Hallenbad Kloten eingenommen.

**Restauration:** Bitte kleine Zwischenverpflegung für die Trainings mitnehmen.  
pension complète. Le premier repas est servi le lundi soir 09.12.2019.  
Le dimanche 15.12. le lunch sera pris soit sur la route ou dans la piscine à Kloten.  
Merci de prendre avec vous de petits snacks pour les entraînements.

Sponsors



Partners



Die Einladung zur Weihnachtsshow für die Zuschauer in den nächsten Tagen gesendet.  
L'invitation au Show de Noël pour les spectateurs sera envoyée dans les prochains jours.

Mit sportlichen Grüßen  
Salutations sportives

## Swiss Artistic Swimming

Susanne Gries  
Chefin Leistungssport Swiss Artistic Swimming  
Cheffe du sport de performance Swiss Artistic Swimming

Sponsors



Partners



SWISSLOS

