

Ablaufplan

Fort- und Ausbildungstrainingscamp am 09. und 10.10.2021 in Hannover

„Camp der NRV Rugby Regionen 2021“

Samstag 09.10.2021

bis 09:30h	Anreise	„FC Schwalbe“
9:30h – 10:00h	Check-In	Hygieneeinweisung und Teilnehmersdokumentation
10:00h – 12:30h	Training	gem. Trainingseinheiten
13:00h – 14:00h	Mittagessen	„Treffpunkt Bootshaus“
14:30h – 16:30h	Training	gem. Trainingseinheiten
17:00h – 18:00h	Duschen	umkleiden und duschen in Kleingruppen in Etappen
18:00h – 20:00h	Abendessen	„Treffpunkt Bootshaus“

Sonntag 10.10.2021

bis 09:00h	Anreise	„DRC Hannover“
9:00h – 9:30h	Check-In	Hygieneeinweisung und Teilnehmersdokumentation
9:30h – 10:00h	Warm-up	gem. professionelles Warm-up
10:00h – 12:00h	Training	gem. Trainingseinheiten
12:00h – 13:00h	Duschen	umkleiden und duschen in Kleingruppen in Etappen
13:00h – 13:45h	Mittagessen	„acht&siebzig“, DSV Hannover 78
13:45h – 15:30h	Observation	1. Bundesligaspiel „DSV Hannover 78 – RK 03 Berlin“
15:30h – 16:30h	Abschluss	Analyse des Bundesligaspiels
ab 16:45h Uhr	Abreise	

Alle Teilnehmer müssen vor Beginn jedes Ausbildungstages einen 3G-Nachweis über Impf-, Genesenen-Status oder einen aktuellen Corona Antigen-Schnelltest nicht älter als 24h vorweisen können.



Anreise, eventuell nötiger Corona-Antigen-Schnelltest, Unterkunft und Abreise sind von jedem Teilnehmer selbständig zu organisieren.

Die **organisatorische und sportliche Betreuung** liegt in den Händen von **Michael R. Sauer** und **Hans-Hermann Ammermann** sowie **NRV Fachreferent Aus- und Weiterbildung Christian Doering**, der bei den Trainingseinheiten von einem **NRV Trainergespann** und **zahlreichen Athleten aus Hannover** unterstützt wird. Zudem wird das Camp von den **SNRV Schiedsrichtern** und **SNRV Vorsitzenden Jens Mönikes** begleitet.

Wir bitten die **Teilnehmer**, aus hygienetechnischen und corona-pandemiebedingten Gründen **eigene Trinkflaschen mitzubringen** und diese **selbstständig** vor den Trainingseinheiten zu **befüllen**.

Ebenso bitten wir, ausreichende und **den Witterungsverhältnissen angepasste Rugbysportkleidung für mind. zwei Trainingseinheiten pro Tag mitzubringen**.

Zur **Mitfinanzierung der Maßnahme**, insbesondere für Mittag- und Abendessen und Verpflegung, wird ein **Eigenanteil pro Teilnehmer pro Ausbildungstag in Höhe von 10 €** fällig. Die Rechnungstellung durch den NRV erfolgt in der Woche vor Maßnahmenbeginn.

Adressen für Trainingsstätten, Mittag-/Abendessen und Observation:

- FC Schwalbe, Schützenallee 10, 30519 Hannover
- Treffpunkt Bootshaus, Schützenallee 30, 30519 Hannover
- DRC Hannover, Beekestraße 113, 30459 Hannover
- acht&siebzig, Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 2, 30169 Hannover

Für weitere Rückfragen steht das **Orgateam** jederzeit zur Verfügung:

Michael R. Sauer
sauer@nrv-rugby.de
+49 163 6356453

Hans-Hermann Ammermann
ammermann@nrv-rugby.de
+49 179 5376213