



## Einsteiger-Training

Bist du bereit deine Technik aufs nächste Level zu bringen? Dann nimm am Einsteiger-Training des CC Adelboden teil.

In fünf Trainings lernst du die Grundlagen des Curlings kennen. Themen wie Sliding, Steinabgabe, Längentraining, Takeouts, Wischen oder auch Taktik werden behandelt.

Nach den Trainings werden die Apéros in unserem Curling-Beizli nicht zu kurz kommen.

Datum	Zeit	Themen
04. September	19:30 – 21:00 Uhr	Sliding, Steinabgabe
11. September	19:30 – 21:00 Uhr	Sliding, Steinabgabe, Längentraining
18. September	19:30 – 21:00 Uhr	Längentraining, Takeouts
25. September	19:30 – 21:00 Uhr	Takeouts, Wischen
02. Oktober	19:30 – 21:00 Uhr	Taktik, Allround, Hot Shots

Kosten pro Training	
Aktivmitglieder	Kostenlos, Schuhmiete CHF 8.-
Passiv- / Nicht-Mitglieder	CHF 30.- inkl. Schuhmiete

Anmeldung
Bei Björn Jungen, 079 595 00 10
Jeweils bis am Dienstagabend
Plätze sind begrenzt, nach Anmeldezeitpunkt
Es können auch nur einzelne Trainings besucht werden

Wir freuen uns auf eine lehrreiche und spannende Zeit auf dem Eis!

Sportliche Grüsse vom CCA

Björn Jungen