



# TRAININGSCAMP

LEICHTATHLETIK, KARATE, BRAINFIT & MENTALCOACHING



**Für Kinder und Jugendliche im Alter von 7 bis 20 Jahren (Jg. 2011 – 1998)**  
**Montag, 9. April bis Freitag, 13. April 2018 | 13.00 – 17.00 Uhr**

#### Leichtathletik im Lachenstadion Thun

- Wurftraining
- Sprungschulung
- Sprinttraining
- Koordinationsförderung
- Spiel und Spass

#### Karate

- Grundschulung

#### Brainfit

- Grundschulung Gedankentraining

Täglich kann aus dem Angebot Leichtathletik, Karate, Brainfit und Mentalcoaching ausgewählt werden.

**Preis: CHF 150.-**

Inbegriffen:

- Training in individuellen Trainingsgruppen
- Betreuung durch bewährte J+S Leiter
- Pausentee und Früchte
- Transfer  
Lachenstadion – Karate – Lachenstadion
- Garderobe mit Dusche

Dieses Trainingscamp basiert auf der Zusammenarbeit mit Ruedi Brunner, fun and run Thun/Bruno Trachsel, Kenseikan Karate-Do Thun/Brainfit Akademie Thun



## Anmeldetalon Trainingscamp 9. – 13. April 2018

Name  Vorname

Adresse  PLZ, Ort

Geb. Dat.  Tel.

E-Mail



**Anmeldung bis 2. April 2018** schriftlich, per E-Mail oder Telefon an Ruedi Brunner, Kursleiter Frutigenstrasse 61, 3604 Thun, admin@fun-and-run.ch, Tel. 079 375 26 85, www.fun-and-run.ch

**SPORT TO THE PEOPLE**

**INTERSPORT Rieben**  
 Frutigenstrasse 36  
 3600 Thun

Telefon 033 336 91 71  
 info@rieben-sport.ch  
 www.rieben-sport.ch

