AUFGEBOT

der Juniorinnen-Nationalmannschaft U20

Datum & Ort: 02.-08.01.2024 Ragusa, Italien

Aktivität: **CEV-U20 | EM-Qualifikationsturnier (1. Runde)**

Besammlung: Dienstag, 02.01.2024 um 09:45 Uhr – Terminal 1 beim SWISS Schalter
11:55 Abflug ab Zürich mit SWISS / LX8398
13:55 Ankunft in Catania / Flug durchgeführt von Edelweiss Air

Ende: Montag, 08.01.2024 um ca. 18:00 Uhr
14:55 Abflug ab Catania mit SWISS / LX8399
17:10 Ankunft in Zürich / Flug durchgeführt von Edelweiss Air

Reise: Individuell bis zum Flughafen und zurück

Ratschlag: Unter www.tageskarte-gemeinde.ch/ könnt ihr SBB Tageskarten zu reduzierten Preisen bestellen/kaufen. Manche Gemeinden reservieren diese Karten für Ihre Bewohner, andere wiederum verkaufen sie auch an „Nicht-Bewohner“ und schicken sie per Post.

Adresse:

Competition Hall
PalaMinardi
Via Psaumida,
97100 Ragusa RG

Hotel Poggio Del Sole
SP25, Km 5,7
97100 Ragusa RG
https://www.poggiodelsolehotel.it

Info: Im Falle einer Verletzung, die eine uneingeschränkte Teilnahme an der Aktivität verhindern, ist der Nationalteamtrainer **VOR** der Aktivität zu informieren, um über die Sinnhaftigkeit der Teilnahme entscheiden zu können!

Anti-Doping: Auf der Homepage von Swiss Sport Integrity (www.sportintegrity.ch) findet ihr die Liste der verbotenen Substanzen und Methoden für die Athleten sowie die Medikamentenabfrage.

Trainerin:

Head-Coach	Aïda Shouk	079 773 77 31	aida.shouk@volleyball.ch
Assistant Coach	Marco Back	079 351 80 34	marco.back@volleyball.ch

Haftung Versicherung: Die Versicherung (Krankenkasse und Unfallversicherung) ist Sache des Teilnehmers. Swiss Volley übernimmt keine Haftung.

Packliste:

- **Identitätskarte / Pass & Reisebestätigung (U18)**
- Offizielle Swiss Volley & private Volleyball-Ausrüstung (inkl. 3 Matchshirts – bitte alles im Handgepäck mitführen, falls das Aufgabegepäck nicht ankommen sollte).
- Miniband, Blackroll, Theraband
- Trinkflasche Verofit
- Isotonische Getränke wenn gewünscht
- Schreibzeug, Krankenkassenkarte
- Necessaire und persönliche Medikamente (Schmerzmittel, Tabletten, etc.)
  Die Trainer werden keine Medikamente aushändigen. Dies gilt auch für nicht verschreibungspflichtige Medikamente.

Bemerkungen:

- **Bitte informiere deine:n Trainer über dieses Aufgebot.**
- Wenn du Fragen oder Probleme (Verhinderung) hast, wende dich sofort an Aïda Shouk: aida.shouk@volleyball.ch oder 079 773 77 31.
- Falls du ein Urlaubsgesuch benötigst, schicke eine Mail an: sabrina.buchser@volleyball.ch

Freundliche Grüsse
Swiss Volley

Sabrina Buchser
Koordinatorin Leistungssport Volleyball

Bern, 30.12.2023

Du findest das Aufgebot auch unter:

https://www.volleyball.ch/volleyball/nationalteams/juniorinnen-u19u20/aufgebote/