



# GRAUBÜNDEN TENNIS

## Tennislager Tenero 30.4.-4.5.2012

Liebe Junioren  
für das Tennis-Lager in Tenero haben sich insgesamt 21  
Jugendliche gemeldet. Im Folgenden bekommt ihr detaillierte  
Informationen zu diesem Lager.

### Ort

Centro Sportivo, Via Brere 10, 6598 Tenero  
Telefon Zentrale 091 735 61 11

### Unterkunft

Haus Residence, Einzel- und Doppelzimmer

### Verpflegung

Vollpension im Restaurant des Zentrums

### Leitung

Hans Markutt, Gesamtleitung und Trainer, 079 602 02 73  
Nina Nittinger, Trainerin Tennis und Kondition  
Alexis Bernhard, Trainer Tennis  
Alexandra Castelnovo, Trainerin Kondition

### Tennis

findet täglich auf den Sand-Plätzen Barone statt

### Teilnehmer

Bischof Isabel	Davos	1993
Castelnovo Luca	Wiesen	1997
Darms Jara	Chur	2001
Egli Patrick	Davos	1993
Forni Sonia	Davos	1994
Grimm Michèle	Davos	1994
Jakob Anja	Felsberg	2000
Malgiaritta Maurus	Müstair	2001
Mathis Pascal	Klosters	1995
Metzker Paco	Igis	1998
Niggli Alisha	Klosters	2001
Ochsner Nadja	Stein	1997
Santarossa Fabio	Igis	1999
Santarossa Luca	Igis	1999
Schneider Marco	Klosters	2000
Schneider Roman	Klosters	1997
Schöpfer Fabian	Klosters	2000
Schöpfer Selina	Klosters	2002
Wegmüller Sandro	Klosters	1996
Widmer Valentin	Winterthur	2000
Winkler Lea	Davos	1994

### Programm (Aenderungen möglich)

#### Montag, 30. April 2012

Individuelle Anreise  
Besammlung beim Haus Residence um 13 Uhr  
Zimmerbezug  
14-17 Uhr Tennistraining

#### Dienstag bis Donnerstag

07.30 Frühstück  
09.00-12.00 Tennistraining/Kondition  
12.15 Mittagessen  
14.00-16.00 Tennistraining  
16.00-17.30 Kondition oder Programm nach Ansage

#### Freitag, 4. Mai 2012

07.30 Frühstück anschliessend Wohnwagen räumen  
09.00-11.30 Abschlussturnier  
12.00 Kursschluss mit Mittagessen  
Individuelle Rückreise

### Mitnehmen

Gesamte Tennisausrüstung mit Tennisschuhen, genügend  
Kleider mit Regenschutz, Toilettenartikel mit Heftpflaster für  
die ersten Blasen..., Hausschuhe, Joggingsschuhe, Springseil,  
wo vorhanden Teraband und Tischtennisschläger/Bälle, Bade-  
kleider, Sonnenschutz (Käppli, Sonnencreme) Jasskarten oder  
Gesellschaftsspiele.

### Versicherung

Versicherung ist Sache der Teilnehmer

### Allgemeines

- Die Vorschriften und Regeln des Centro Sportivo sind uneingeschränkt einzuhalten.
- Täglich um 22.00 Uhr sind alle in ihren Zimmern und es herrscht absolute Ruhe.
- Den Anweisungen des Leiterteams ist jederzeit Folge zu leisten.
- Im Training erwarten wir immer vollen Einsatz!
- Gesundheitliche Probleme oder Allergien bitte schon vor dem Lager direkt Hans Markutt mitteilen!

Wir wünschen jetzt schon allen Teilnehmern eine lehr- und  
erlebnisreiche Woche mit viel Spass und Fortschritten!