



## BoSS 05 – Trainingslager mit Testrennen und Lehrgang am 06. – 07.06.2009 in Grefrath

### Zeitplan

#### 06.06.2009<sup>1</sup>

- 10:00-12:00 – **Training** (V. Vorobev)
- 16:00-20:00 – **Testrennen**
  - 16:00 – Einfahren
  - 17:00 – 200m, 300m Einzel
  - 18:00 – 300m, 500m Sprintausscheidung

<sup>1</sup>Der Plan am 06.06.2009 kann abhängig von der Wetterlage geändert werden.

#### 07.06.2009

- 9:00-14:00 – **Lehrgang**: Rennverhalten, Taktik, Technik (B. Schicker)

### Trainer/Referenten

#### **Bernd Schicker**

- Ausbildung:  
Dipl.-Sportwissenschaftler; DRIV Trainer A (Speedskating)
- Sportlerkarriere:  
1976 – 1989 in der Nationalmannschaft (3 x Vize-Europameister; 4 x EM-Bronze;  
1 x WM 4. über 500m Ausscheidung; 1 x WM 5. über 500m Ausscheidung)  
30 x Deutscher Meister (im Aktiven Bereich) in allen zu laufenden Disziplinen
- DRIV-Tätigkeit:  
1985 – 1995 Bundestrainer Speedskating (in dieser Zeit gewannen die Mitglieder der  
Nationalmannschaft insgesamt über 50 internationale Medaillen, dabei 16 EM-Titel, 4  
WM Titel, 1 World Games Sieg)  
1997 – 2006 Leistungssportreferent  
2001 – 2006 Ausbildungsleiter Speedskating

#### **Valeri Vorobev**

- Ausbildung:  
Dipl.-Sportwissenschaftler; Dipl.-Trainer (Eisschnelllaufen) (UdSSR); DRIV Trainer B  
(Speedskating)
- Sportlerkarriere:  
Kasachische Meisterschaften (Eisschnelllaufen):  
1 x Vize-Meister, 2 x Bronze (Aktive); 1 x Vize-Meister (Junioren)
- DRIV- / RIV NRW-Tätigkeit:  
2003-2005 – NRW-Landestrainer (Speedskating)  
2003-2005 – NRW RIV-Ausbildungsteam  
2004-2006 – DRIV-Referententeam (Trainingswissenschaft)

### Teilnahmebeiträge

#### **Training**

- 3,-€ (bis 18 Jahre kostenfrei)

#### **Testrennen**

- 5,-€ (bis 18 Jahre kostenfrei)

#### **Lehrgang**

- 35,-€ (bis 18 Jahre 25,-€)

## Teilnehmerzahl

Die maximale Teilnehmerzahl beträgt 40 Teilnehmer. Der Lehrgang mit Bernd Schicker kann nur mit mindestens 15 Teilnehmern stattfinden.

## Übernachtungsmöglichkeiten<sup>2</sup>

### Zeltlager im Stadion

- Es wird die Möglichkeit geben im Stadion im Zeltlager zu übernachten. Es wird allerdings ausdrücklich darauf hingewiesen, dass weder Verpflegung noch Übernachtung Teil der Leistungen sind. Minderjährige können im Zeltlager nur dann übernachten, wenn für die Betreuung gesorgt ist (Eltern, Vereinsbetreuer)

### Campingplatz

- Campingplatz Waldfrieden (An der Paas, 47929 Grefrath, Telefon: 02158 3855) 4km entfernt, Tagespreise: Kind 3,- €, Erw. 6,- € plus Zelt 8,50 €

<sup>2</sup>Weitere Übernachtungsmöglichkeiten siehe auch unter [www.grefrath.de](http://www.grefrath.de) (Tourismus/Unterkünfte).

## Adresse

Eissportzentrum Grefrath  
Stadionstraße 161  
D-47929 Grefrath  
[www.eisstadion.com](http://www.eisstadion.com)

## Anmeldung/Kontakt

### Valeri Vorobev

- Tel.: 0234-9380157, 0171-7067342
- E-Mail: [vorobev@web.de](mailto:vorobev@web.de)