

Liebe Spielerinnen und Eltern  
Liebe TrainerInnen und Vereinsverantwortliche

Der RVNO wird auch in der Saison 2023/2024 zusätzliche Trainings für interessierte Spielerinnen anbieten, die unsere Region an der SAR-Schweizermeisterschaft 2023 vertreten möchten.  
Wir laden **alle ambitionierten Spielerinnen** geboren in den Jahren **2009/2010/2011**

**zu unserem "TRY-OUT" Event am Samstag, 02. September 2023 ein.**

**Uhrzeit: 09:00 – 12:00 Uhr, Sporthalle Rietstein in Wattwil**

**Für alle Spielerinnen, die sich angesprochen fühlen, noch einige Hinweise zur erfolgreichen Teilnahme im SAR Team 2023/2024:**

**Spielerinnen:**

- **Bereitschaft** und Möglichkeit **mind. 2-3 Vereinstrainings pro Woche** zu besuchen
- **Bereitschaft 1x pro Woche** ein Training an einem der Stützpunkte während der Woche oder am Wochenende zu besuchen
- Bereitschaft am zusätzlichen **SAR Teamtraining** teilzunehmen (in der Regel 2x im Monat).
- Gute technische Grundlagen und gute physische Voraussetzungen (Sprungkraft, Schnelligkeit, Koordination)
- **Hohe Bereitschaft** Neues zu lernen!!!
- **Bereitschaft** auch zu Hause, nach Angaben der SAR-Trainer, **individuell zu arbeiten**

**Umfeld der Spielerin (Eltern, Familie, Verein):**

- Das **SAR hat erste Priorität für die Spielerinnen!** (Bei Unsicherheiten bezüglich Schule/Ausbildung bemühen wir uns gerne um individuelle Lösungen mit den betroffenen Spielerinnen).
- Der **Verein steht einem SAR-Engagement** seiner Spielerinnen positiv gegenüber und stellt sie für SAR-Anlässe frei.
- Die **Eltern unterstützen ihre Kinder** und sind bereit eine Kostenbeteiligung von 200.- bis max 400.- CHF zu übernehmen. (Teilweise werden diese Kosten auf Anfrage auch vom Verein übernommen.)

Einen detaillierten Trainings-/Terminplan erhalten die Spielerinnen/Vereine nach der ersten Sichtung.

**Alle Heimtrainer sind zu den "Try-outs" herzlich eingeladen!!!**

Alles klar?

Dann besprich dich mit deinen Eltern und TrainerInnen und melde dich **bis zum 27.08.2023** über den aufgeführten QR Code oder den Link an.

*Alle Spielerinnen müssen sich neu anmelden, auch diejenigen, die bereits in der vergangenen Saison im SAR oder im PRE-SAR dabei waren!!* Wir freuen uns auf deine Anmeldung!!

Deine Fragen beantworten wir gerne unter:

Marcel Erni [tk@rvno.ch](mailto:tk@rvno.ch) oder

Jana Vollmer [janavollmer@web.de](mailto:janavollmer@web.de)

QR-Code für Anmeldungen

Link für die Anmeldung: <https://forms.office.com/e/f3xJcLA4Mt>



Marcel Erni  
Technischer Leiter RVNO

Jana Vollmer  
SAR Koordinatorin