

# Volleyball-Club Liederbach e.V.

Claudia van Bonn

Am Wiesengrund 3, 65835 Liederbach

Tel.: 06196/884770

E-Mail: [vorstand@vc-liederbach.de](mailto:vorstand@vc-liederbach.de)

Internet: [www.vc-liederbach.de](http://www.vc-liederbach.de)



8. August 2025

## VCL-Trainingslager der Damen 2 & der Herren-Mannschaft

Liebe Trainingslager-Fans,

in etwa 5 Wochen geht es los - wir fahren vom **29.-31. August 2025** mit 39 VCLern ins Trainingslager nach Sensenstein. Wie Ihr wisst, fahren wir mit einem Bus von Liederbach nach Sensenstein. Dort übernachten wir in Mehrbettzimmern (Bettwäsche wird gestellt) und bekommen Frühstück, Mittagessen und Abendessen sowie Tee, Kakao und Wasser.

Beim Packen Eurer Tasche solltet Ihr unbedingt an Folgendes denken:

- Kopie von **Impfweis** und **Krankenversicherungskarte** (für alle nicht volljährigen Teilnehmerinnen und Teilnehmer: bitte gebt dies im Umschlag mit Eurem Namen bei Fahrtantritt bei einer Trainerin bzw. einem Trainer ab);
- **Sportkleidung** für etwa 5 Trainingseinheiten;
- **Handtücher** und **Schwimmsachen** inkl. Badeschlappen;
- **Pulli/Jacke, Regenjacke, festes Schuhwerk** (wir gehen auf jeden Fall auch raus und Grillen abends);
- **Trinkflasche, Taschenlampe, Kleingeld** für Getränke- bzw. Süßigkeiten-Automaten.
- **Anti-Mückenspray** für entspannte Abende & **Ohrstöpsel** für eine ruhige Nacht 😊

So - jetzt die Details zur Abfahrt und Ankunft.

**Treffpunkt ist am Freitag, den 29. August 2025, um**

**14:45 Uhr auf dem großen Parkplatz der Liederbachhalle** (wer nicht rechtzeitig da ist, muss leider selbst eine alternative Anreisemöglichkeit finden).

Am Sonntag, den 31. August, werden wir nach dem Mittagessen gegen 14:00 Uhr wieder in Sensenstein abfahren. **Treffpunkt für die Abholer ist am Sonntag, den 31. August, gegen 16:30 Uhr auf dem großen Parkplatz der Liederbachhalle.**

Während des Ausflugs sind wir - natürlich nur im Notfall - unter der Handy-Nr. 0160-90531766 (Claudia van Bonn) erreichbar (bitte beachten: in Sensenstein ist der Empfang sehr schlecht).

Voller Vorfreude

**Claudia van Bonn**

1. Vorsitzende

Volleyball-Club Liederbach e.V.

