



Der ROLV-Vorstand lädt wie jedes Jahr zu den Verbandskursen ein. Es stehen wieder zwei Kursthemen zur Auswahl, die einiges Wissenswertes im Zusammenhang mit dem OL vermitteln werden.

Die Kurse richten sich an alle OL-Läufer und Läuferinnen in unserem Verbandsgebiet, und zwar unabhängig von Alter und Können. Die Teilnahme ist für alle kostenlos.

Datum: Samstag, 12. Februar 2011, 13.00 - 17.00 Uhr

Ort: Schulhaus Mühlebach, Amriswil

Themen:

- A Einführung in die Kartenherstellung Leitung: Beat Imhof
Wie entsteht eine OL-Karte? Der Kurs vermittelt hierzu die Grundlagen und zeigt das Vorgehen von der Geländeaufnahme bis zur Zeichnung mit OCAD.
- B Fit durch Physiotherapie Leitung: Daniela Signer / Roland Deininger
Physiotherapie bezweckt die Erhaltung, Förderung und allenfalls Wiederherstellung der Gesundheit. Dazu berichten die Kursleiter aus ihrer beruflichen Erfahrung, z.B. wie Verletzungen vorgebeugt oder die Regeneration nach einer körperlichen Anstrengung unterstützt werden kann. Nach dem einführenden Referat werden verschiedene Übungen gezeigt und von den Teilnehmern gleich selber ausprobiert.

Für Kurs A sollte jeder Teilnehmer einen Laptop mit installiertem OCAD mitbringen. Eine OCAD-Version, die für den Kurs genügt, kann im Internet unter folgendem Link gratis heruntergeladen werden:

http://www.scool.ch/index.php?option=com_content&task=view&id=40&Itemid=46

Weitere Informationen werden den Angemeldeten rechtzeitig mitgeteilt.

Anmeldung für Verbandskurse 2011

Name: Vorname:

Verein:

Adresse:

E-Mail: Tel.:

Gewähltes Thema:

Für Kurs A bringe ich einen Laptop mit installiertem OCAD mit ja nein

Anmeldung bis 17. Januar 2011 an: Erich Brauchli, Silberbachstrasse 1c, 9032 Engelburg,
erich.brauchli@gaiserswald.net