

Lust auf Curling? Unsere Kurse Saison 2019/2020

Erlerne mit uns das Spiel
mit Stein und Besen!

Kursstart:

Oktober 2019 und Januar 2020



www.curlingbern.ch

CB CURLING
BERN
Sport • Events • Gastronomie

Was ist Curling?

Curling stammt ursprünglich aus Schottland, wo 1716 der erste offizielle Curlingclub gegründet wurde. Das Spiel, welches neben einer guten Grundkondition auch Koordination, taktisches Verständnis und starke Nerven erfordert, wird mit jeweils zwei Teams mit je 4 Spielern auf Eis gespielt. Ziel des Spiels ist es, einen rund 20 Kilogramm schweren Granitstein über eine Distanz von 40 Metern möglichst nahe ans Zentrum des Hauses zu spielen.

Curling Bern – perfekte Bedingungen

Die Curlinghalle Bern ist mit ihren 8 Rinks die grösste und schönste Curlinghalle Europas. Die moderne und multifunktionale Halle wurde im Jahr 2001 auf dem Gelände der BERNEXPO – gleich neben der PostFinance-Arena – eröffnet.

Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter verfügen über eine J+S-Ausbildung sowie langjährige Curling-Erfahrung. Die Kursinhalte werden auf die Bedürfnisse der Teilnehmenden zugeschnitten.

Haben wir Dein Interesse geweckt, in die Welt dieses faszinierenden Wintersports einzutauchen?

Wir freuen uns auf Deine Anmeldung – bis bald «auf dem Eis»!

Kursinformationen

- Kursdauer:** je 8 Kurstermine
- Ort:** Curling Bahn Allmend AG,
Mingerstrasse 16, 3014 Bern
- Kosten:** CHF 280.– pro Person
(Fortgeschrittenenkurs 2 für CBA-Mitglieder CHF 200.–)
- Durchführung:** ab 4 Personen pro Kurs
- Ausrüstung:** Dehnbare Hosen (Trainerhosen),
warmer Pulli, saubere Turnschuhe
- Versicherung:** ist Sache der Teilnehmer

Einsteigerkurse

Möchtest Du die spannende Sportart Curling näher kennenlernen? Wir bieten Einsteigerkurse für jedes Alter an. Mit viel Freude und Geduld bringen wir Dir an acht Kursterminen das Curlingspiel näher – wir freuen uns auf Deinen Besuch!

Herbst 2019

Montag jeweils	19.30 – 21.00 Uhr	ab 14. Oktober – 2. Dezember 2019
Mittwoch jeweils	18.00 – 19.30 Uhr	ab 16. Oktober – 4. Dezember 2019

Winter 2020

Montag jeweils	19.30 – 21.00 Uhr	ab 13. Januar – 2. März 2020
Mittwoch jeweils	18.00 – 19.30 Uhr	ab 15. Januar – 4. März 2020

Fortgeschrittenenkurse

Hat Dich das Curlingfieber gepackt? Im Anschluss an den Einsteigerkurs bieten wir den Fortgeschrittenenkurs für vertiefte Kenntnisse im Bereich Grundtaktik, Spielsystem und situationsspezifische Steine an!

Herbst 2019

Dienstag jeweils	18.00 – 19.30 Uhr	ab 15. Oktober – 3. Dezember 2019
Mittwoch jeweils	19.30 – 21.00 Uhr	ab 16. Oktober – 4. Dezember 2019

Winter 2020

Dienstag jeweils	18.00 – 19.30 Uhr	ab 14. Januar – 3. März 2020
Mittwoch jeweils	19.30 – 21.00 Uhr	ab 15. Januar – 4. März 2020

Fortgeschrittenenkurs 2

Du willst am „Stein“ bleiben? Im Anschluss an den Fortgeschrittenenkurs bieten wir Dir die Möglichkeit durch geführtes Technik- und Taktiktraining Dein Können zu verbessern (auch für Club Mitglieder).

Herbst 2019

Montag jeweils	19.30 – 21.00 Uhr	ab 14. Oktober – 2. Dezember 2019
----------------	-------------------	-----------------------------------

Winter 2020

Montag jeweils	19.30 – 21.00 Uhr	ab 13. Januar – 2. März 2020
----------------	-------------------	------------------------------



Saison 2019 /2020

Einzel- & Teamtrainings

Auf Anfrage bieten wir Einzel- und Teamtrainings an. Spielerinnen und Spieler profitieren so von einer umfassenden und individuellen Betreuung.

Trainingseinheit 60 Minuten: CHF 100.–

Trainingseinheit 90 Minuten: CHF 150.–

(Preise exkl. Eismiete)

Kontakt und Anmeldung

Geschäftsstelle Curling Bern

Telefon: +41 (0)31 332 06 20

Web: www.curlingbern.ch Mail:

info@curlingbern.ch

Curlingbahn Allmend AG

Mingerstrasse 16

3014 Bern