



25
Jahre

Dieses Heft
gilt als

Fahrausweis

in den

Ostwind-Zonen
210 | 211 | 213 | 245
2. Klasse (2.)(TK)(V)(XXX)

Mehr auf Seite 9

TEILNEHMERHEFT

14.–18. OKTOBER 2024

ST.GALLEN – HERISAU – TROGEN

Cheibe- schön.

Halb so sträng!



Damit du bei jedem Wetter punktest.
zubi.swiss

zubi



Liebe Eltern

Seit 25 Jahren existiert die Projektwoche St.Gallen! Während dieser Zeit entstanden neue Projektwochen in Bern, Bülach, Züri-Oberland... und ziehen jedes Jahr hunderte von Kids an. Vielen Dank für Ihr Vertrauen.

Ein grosses Dankeschön gilt allen Vereinen, die mit uns vor Ort zusammenarbeiten. Auch dieses Jahr stehen über 180 Trainer und Helfer im Einsatz und geben ihr Bestes!

Nicht zu verpassen ist der Abschlussnachmittag am 18. Oktober in der Sporthalle Kreuzbleiche.

Andi *Jonas*

Alle Infos zur Projektwoche befinden sich auf den folgenden Seiten.

Rückmeldung

Haben Sie uns etwas zu sagen? Wenn Sie uns mitteilen möchten, was wir verbessern könnten oder was Sie gefreut hat, melden Sie es uns.

Mail: stgallen@projektwoche.ch

Andreas

Anmerkung

Zu Gunsten der Lesefreundlichkeit wurde bei Personenbezeichnungen i.d.R. auf die weibliche Form verzichtet.

Impressum

Teilnehmerheft 2024

Auflage: 1'200

Bildnachweis: Projektwoche St.Gallen

St.Gallen, 20. Juni 2024

Hol dir deine
Erfrischung!



Getränke-Bon



Abtrennen und beim Kiosk

in der Sporthalle Kreuzbleiche einlösen!

TYPOTRON DIE ST.GALLER
DRUCKEREI

Scheidwegstrasse 18 • St.Gallen • typotron.ch



Perfektes Timing.



Inhalt

Getränke-Bon	4	Fussball U12	28
Inhalt	5	Fussball U15	29
Veranstalter & Auskunft	7	Handball U11 & 14.....	30
Infos	8 9	Judo.....	31
Verpflegung	11	Kids Camp.....	32
Time-Out	13	Klettern U12 U17.....	33
Abschluss Sporthalle Kreuzbleiche	14	Line Dance	34
Dank	15	Mountainbike	35
Badminton	16	Parkour	36
Basketball.....	17	Power Girls	37
Bogenschiessen	18	Power Kids	38
Bouldern.....	19	Squash.....	39
Breakdance	20	Street Workout	40
Cheerleading	21	Tennis U11 Herisau.....	41
Crossfit Kids.....	22	Tennis U13 St.Gallen	42
Curling.....	23	Tennis U17 St.Gallen	43
Dance	26	Tischtennis	44
Eiskunstlauf	27	Unihockey.....	45
		Volleyball	46

Bestelle jetzt deine Projektwoche Ausrüstung mit 45% Rabatt.



Wow. Mega. Cool.

Und zusätzlich profitierst du von Rabatten auf **shop.kustom.ch**:

Jako 45%, Craft 30%, Erima 30%,
Hakro 30%, Mikasa 20%,
Blåkläder 10%, Mascot 10%

Dein Rabattcode:
projektwoche_mitglieder



Scannen
oder klicken!



Kustom



Veranstalter

Die Stiftung Bild ist eine christliche und gemeinnützige Institution. Sie setzt sich aus Menschen zusammen, die aus Nächstenliebe handeln und sinnstiftend in die Gesellschaft hineinwirken.

Auskunft

zur Anmeldung, Rechnung oder Annullierung der Anmeldung

Andreas Flückiger, Tel. 079 593 47 00

E-Mail:

andreas.flueckiger@stiftungbild.ch

Allgemeine Infos

Andi Dubach, Stiftung Bild,
Piccardstrasse 18, 9015 St.Gallen,

www.stiftungbild.ch

Tel. 071 230 06 85 / Tel. 079 451 72 72

E-Mail: andi.dubach@stiftungbild.ch

Partner

Athletes in Action ist eine internationale Sportlerorganisation, die Menschen im Sport in Lebens- und Glaubensfragen unterstützt.

Athletes in Action, Josefstrasse 206,
8005 Zürich, www.athletes.ch

Kirche Bild

Piccardstrasse 18, 9015 St.Gallen

www.kirchebild.ch

GVC St.Gallen, Gemeinde von Christen

Stahlstrasse 7, 9000 St.Gallen

www.gvc-stgallen.ch





Infos

Bezahlung

Die Rechnung wird gleich mit der Bestätigung an die angegebene E-Mail Adresse zugestellt und kann direkt mit E-Banking bezahlt werden. Die Rechnung muss innert 30 Tagen bezahlt werden. Vielen Dank!

Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Bei Diebstahl von Wertgegenständen können wir keine Haftung übernehmen.

Annullierung

Kann eine Teilnehmerin oder ein Teilnehmer wegen Krankheit, Unfall oder sonstigen Gründen die Projektwoche nicht antreten, wird der Teilnehmerbetrag bis auf CHF 30.- zurückerstattet werden. Voraussetzung dafür ist eine schriftliche Abmeldung und, falls vorhanden, die Einsendung eines Arztzeugnisses.

Bitte Annullierung per E-Mail an:
andreas.flueckiger@stiftungsbild.ch

Camp-Beginn

Unsere Turnhallen oder Freizeiträume öffnen wir jeweils 15 Minuten vor dem Beginn. So kannst du dich gut einfinden, umziehen und bereitmachen.

Handy-Regel

Je nach Camp werden die Smartphones beim Eintreffen in der Halle vom Campleiter eingezogen und vor dem Verlassen der Halle wieder zurückgegeben. Wir wollen damit einem Handy-Missbrauch in der Garderobe vorbeugen. Sollte ein Kind über Mittag mit seinen Eltern kommunizieren wollen, kann es sich an seinen Leiter/Trainer wenden.

Besucher

Unsere Camps sind öffentlich, alle Besucher sind jederzeit herzlich willkommen.

Dieses Heft
gilt als
Fahrausweis
in den
Ostwind-Zonen
210 | 211 | 213 | 245
2. Klasse (2.)(TK)(V)(XXX)

Mehr auf Seite 9



Infos

Gratis Busfahren

Dieses Heft gilt vom 14.–18.10.2024 als Fahrausweis in den Ostwind Zonen 210 / 211 / 213 und 245 in der 2. Klasse. (2.) (TK) (V) (XXX).

Dies gilt für alle Teilnehmenden und Mitarbeitenden der Projektwoche. Voraussetzung ist, dass dieses Heft mitgeführt wird.

Wir empfehlen, wenn immer möglich mit dem ÖV zu fahren. Alle Camp-Orte befinden sich jeweils wenige Geh-Minuten von einer Bushaltestelle entfernt. Wir holen niemanden bei der Bushaltestelle ab. Die An- und Abreise vom und zum Camp-Ort ist Sache der Eltern.



Spezielle Besuchszeiten

Damit Eltern und Freunde einen möglichst guten Einblick in das Camp ihrer Kids bekommen, bieten wir Besuchszeiten an. Die Kids können so Gelerntes zeigen und ihre Erfahrungen mit den Eltern und ihren Freunden teilen. Es ist zudem eine Gelegenheit für die Eltern, mit den Trainern und Mitarbeitern der Projektwoche in einen Austausch zu kommen. Einige Camps bieten einen Camp-Rückblick am Schluss (Freitag oder Donnerstagnachmittag) an. Die spezifischen Angaben (Ort, Zeit, Dauer) sind unter den jeweiligen Camps ersichtlich. Eine Anmeldung ist dabei nicht nötig.

Parkplätze

Bei den meisten Sporthallen und Freizeitanlagen sind die Parkplätze beschränkt. Die Benützung des ÖV ist darum von Vorteil. Vielen Dank!

Eine Projektwoche? Bei uns sind es 52 im Jahr!

WIR als sozialdiakonisches Unternehmen der Stiftung Bild sind das ganze Jahr aktiv und investieren in Menschen mit dem Ziel, sie wieder in den Arbeitsmarkt und die Gesellschaft einzugliedern.

SIE als Privatperson oder Firma profitieren von unseren Angeboten im Haus- und Gartenservice sowie bei der Vermittlung von Arbeitskräften für einfache, befristete Arbeiten im Raum St.Gallen.

Mehr Informationen erhalten sie per Telefon 071 310 00 04 oder auf unserer Website.

www.laebepius.ch

läbeplus
Mehr als Arbeit.



Verpflegung

Mittagspause in der Kreuzbleiche

Die Mittagspause gehört bei den ganztägigen Camps zum Programm! Dafür tragen wir die Aufsichtspflicht. Es besteht keine Möglichkeit, über die Mittagspause nach Hause zu gehen oder sich irgendwo privat zu verpflegen. Nimm dein Essen mit oder verpflege dich an einem unserer Imbiss-Stände.

Mikrowellen-Gerät

In der Sporthalle Kreuzbleiche steht ein Mikrowellen-Gerät zur Verfügung, damit du dir auch etwas wärmen kannst.

Kaffee & Snacks

Während der ganzen Woche betreiben wir in der Sporthalle Kreuzbleiche eine kleine Festwirtschaft. Wir freuen uns auf jeden Besuch!

Äpfel für jedes Kind

Jedes Kind bekommt einen Apfel pro Tag.

Verpflegungsangebot bei der Sporthalle Kreuzbleiche

Folgendes Verpflegungsangebot steht von Montag bis Freitag, jeweils ab 11.30 Uhr, für Teilnehmer und alle Besucher offen:

Salatbecher	Fr. 4.00
Toast (Schinken/Käse)	Fr. 4.00
Früchtebecher	Fr. 4.00
Kartoffelsalat	Fr. 4.00
Pasta	Fr. 5.00
Hot Dog	Fr. 5.00
Servelat mit Brot	Fr. 6.00
Bratwurst mit Brot	Fr. 6.00
Schnitzelbrot	Fr. 8.00
Fajita (Rind, Poulet, Vegi)	Fr. 12.00

Mineralwasser 5 dl	Fr. 2.50
Diverse Süssgetränke 5 dl	Fr. 2.50
Kaffee Espresso Tee	Fr. 3.00

(Änderungen vorbehalten)



Alles rund ums
gesund leben &
schön pflegen



Lachen Drogerie

gesund leben & schön pflegen

Ulmenstrasse 9 · 9000 St.Gallen · Tel. 071 278 26 23 · www.lachen-drogerie.ch



Time-Out mit Andi Dubach

Volltreffer | 25 Jahre Projektwoche

Wir setzen Volltreffer mit Vollerfolg gleich. Umgekehrt ebenso: Wer daneben schießt, hat verloren. Einer, der viel getroffen hat, ist Sven Fischer. Er ist einer der erfolgreichsten Biathleten aller Zeiten. Seine Bilanz liest sich beeindruckend: Er ist siebenfacher Weltmeister, war vier Mal Olympiasieger und gewann zwei Mal den Gesamtweltcup.

Von Gottes Perspektive aus ist jeder Mensch ein Volltreffer. "Jeder Mensch ist wunderbar gemacht!" heisst es in einem Psalm (Bibel). Ganz ungeachtet seiner Herkunft, Religion, Sprache oder Hautfarbe, ist jeder Mensch ein Wunderwerk! Was machen wir daraus? Im Alltag schießen wir Menschen jedoch des öfteren daneben. Im Volksmund sagen wir dem: "Nobody is perfect!" Die Bibel sagt dem "Zielverfehlung". Wenn wir als Menschen unsere Grundbestimmung verfehlen, dann droht uns die Niederlage. Doch gerade dieser wollen wir alle entgegen. Sven Fischer sagte in einem Interview: «Der christliche Glaube be-

deutet mir sehr viel. Er entlastet mich. Ich muss nicht mehr dafür kämpfen, der Mittelpunkt des Universums zu sein. Ich bin das geliebte Puzzle Gottes in einem grossen Bild. Der Glaube gibt mir Ruhe und Gelassenheit. Ich muss es mir, den Menschen um mich herum und Gott nicht mehr beweisen».

Volltreffer bedeutet, ich weiss, dass Gott mich so liebt wie ich bin, mit allen Ecken und Kanten. Ich muss vor ihm nichts beweisen, noch etwas leisten. Seine Liebe ist mir geschenkt.

Volltreffer bedeutet auch, Gott will uns im Leben begleiten. Er will, dass wir durch unsere Erfahrungen reicher, gelassener, weiser, geduldiger werden.

Er will unser Coach werden, der uns auch nach Fehlschüssen wieder Mut macht, uns neu inspiriert und befähigt.

Andi



Abschluss

in der Sporthalle Kreuzbleiche

Für folgende Camps findet in der Sporthalle Kreuzbleiche am **Freitag, 18. Oktober**, der Abschluss statt: Fussball, Handball, Basketball, Unihockey, Volleyball, Street Workout, Parkour, Linedance, Dance, Cheerleading, Breakdance.

Festwirtschaft und Gumpischloss

Wir verköstigen unsere Besucher gerne an verschiedenen Verpflegungsständen. Für die Kleinsten gibt es ein Gumpischloss.

Zeitplan

09.20–11.15 Fussball-Turnier U12 | U15
11.30–12.45 Fussball U12 | U15
Finalspiele & Penalty-schiessen

Finalspiele

in diversen Sportarten

13.00–14.00 Basketball (Platz 2)
13.00–15.15 Handball (Platz 3)
13.00–15.15 Unihockey (Platz 1)
14.00–15.15 Volleyball (Platz 2)

Showtime

15.15–16.15 Street Workout, Parkour, Line Dance, Dance, Cheerleading, Breakdance
16.15 Schluss





Danke

für die Zusammenarbeit

Die Zusammenarbeit mit unseren lokalen Sport- und Freizeitvereinen bildet mittlerweile das Rückgrat der Projektwoche. Vielen Dank, dass ihr euer Know-How, Material und eure Zeit zur Verfügung stellt. Die Zusammenarbeit mit euch macht die Projektwoche St.Gallen-Herisau-Trogen einzigartig.





Badminton

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–12.00 Uhr

Treffpunkt

**Grosse Sporthalle der Kantonsschule
Stein 6**
9043 Trogen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Bahnhof Trogen
Appenzellerbahn: S21 | S22

Mitbringen

Sporttenue, saubere Hallenschuhe,
Trinkflasche, Badmintonracket. Falls du
keines hast, stehen Badmintonrackets
zur Verfügung.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel
pro Tag.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in
die Halle oder deponiere sie in einem
Schliessfach. Jeder ist für seine Sachen
selber verantwortlich. Wir übernehmen
keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Die Eltern dürfen jederzeit vorbeischaun
und sind herzlich willkommen.

Trainer | Campleiter

Claude Heiniger, Präsident und Junioren-
trainer BC Trogen-Speicher.

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Claude Heiniger: Tel. 079 295 58 23



Basketball



Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–16.00 Uhr

Treffpunkt

**Turnhallen T10 | T30 an der Kantons-
schule am Burggraben, 9000 St.Gallen.**
Zugang von der Lämmli-brunnenstrasse
bzw. Untere Büschenstrasse.

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Theater

VBSG: 1 | 2 | 7 | 8 | 12

Postauto: 120 | 121 | 201 | 210 | 211 | 242

Regiobus: 151

Haltestelle: Kantonsschule

VBSG: 11

Postauto: 254

Mitbringen

Sporttenu, Ersatz-T-Shirt, gefüllte
Trinkflasche, Trainingsanzug, Duschsa-
chen (freiwillig).

Wichtig: Hallenschuhe mit heller Sohle
oder Basketballschuhe.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel
pro Tag. Über die Mittagspause gehen
wir jeweils in die Sporthalle Kreuzblei-
che. Nimm dein Sandwich mit oder
verpflege dich an einem unserer Imbiss-
Stände. Das Verpflegungsangebot
findest du auf Seite 11.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in
die Halle oder deponiere sie in einem
Schliessfach. Jeder ist für seine Sachen
selber verantwortlich. Wir übernehmen
keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet der
grosse Abschluss-Nachmittag statt.
Deine Finalsplele im Basketball wirst du
zwischen 13.00 und 14.00 Uhr bestrei-
ten. Lade dazu deine Fans, Eltern und
Freunde ein. Schluss des Camps ist
um 14.30 Uhr. Anschliessend liegt die
Aufsichtspflicht bei den Eltern. Ende
Showtime: 16.15 Uhr.

Trainer | Campleiter

Ricardo Pinto, Jugendtrainer beim
Basketball Verein St.Otmar und J+S
Leiter.

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Ricardo Pinto: Tel. 079 835 73 46





Bogenschiessen

Datum

Montag–Donnerstag, 14.–17. Oktober 2024

Zeiten

Camp 1: 13.30–15.00 Uh

Camp 2: 15.30–17.00 Uhr

Treffpunkt

Sportanlage Gründenmoos,

Gründenstrasse 8, 9015 St.Gallen

Weitere Infos: www.obs.ch

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Wiesenbach | Cinedom

VBSG: 3 | 4

Regiobus: 158

Parkplätze

Es gibt Parkplätze direkt entlang der Gründenstrasse.

Mitbringen

Sporttueue, gefüllte Trinkflasche,

Trainingsanzug.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag.

Wertgegenstände

Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Donnerstag, 17. Oktober**, kannst du deinen Eltern und Freunden zeigen, was du gelernt hast.

Besuchszeit Camp 1: 13.30–15.00 Uhr

Besuchszeit Camp 2: 15.30–17.00 Uhr

Trainer | Campleiter

Adriano Bresciani ist Mitglied des

Vereins Ostschweizer Bogenschützen

St.Gallen.

Abmelden

während dem Camp bitte direkt abmelden bei Adriano Bresciani:

Tel. 077 422 20 81



CAMP SPONSOR





Bouldern

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

U10 8.00–10.00 Uhr

U14 10.15–12.15 Uhr

Treffpunkt

Boulderlounge, Zürcherstrasse 160,
9014 St.Gallen

Weitere Infos: www.boulderlounge.ch

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Lerchenfeld

VBSG: 1 | 2

Regiobus: 151 | 980

Parkplätze

Es gibt Parkplätze direkt hinter der Halle, welche mit «Boulderlounge» markiert sind. Alle anderen Parkplätze dürfen nicht benützt werden.

Ein öffentlicher Parkplatz steht vis-à-vis der Eishalle zur Verfügung.

Mitbringen

Lange Sporthosen, die bis über das Knie gehen, T-Shirt, Znüni Bööxli, Trinkflasche. Die Kletterfinken werden von der Boulderlounge zur Verfügung gestellt.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die Halle und deponiere sie dort. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Freitag, 18. Oktober**, kannst du deinen Eltern und Freunden zeigen, was du gelernt hast.

Besuchszeit U10: 9.00–10.00 Uhr

Besuchszeit U14: 11.15–12.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Kathrin Wendel, J+S-Leiterin und Trainerin der Boulderlounge St.Gallen

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Kathrin Wendel: Tel. 079 912 15 85





Breakdance

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–16.00 Uhr

Treffpunkt

Tanz-Zentrum, Haggenstrasse 44,
9014 St.Gallen

Weitere Infos: www.tanz-zentrum.ch

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Walserstrasse

VBSG: 7

Haltestelle: Gröblistrasse

VBSG: 2 | 8

Mitbringen

Bequeme Kleidung zum Tanzen, Ersatz-T-Shirt, Knieschoner (wenn vorhanden), gefüllte Trinkflasche.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag. Über die Mittagspause gehen wir jeweils in die Sporthalle Kreuzbleiche. Nimm dein Sandwich mit oder verpflege dich an einem unserer Imbiss-Stände. Das Verpflegungsangebot findest du auf Seite 11.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in den Trainingsraum und deponiere sie dort. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet der grosse Abschluss-Nachmittag statt. Du wirst zwischen 15 und 16 Uhr deinen grossen Auftritt haben. Lade dazu deine Fans, Eltern und Freunde ein.
Ende Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Benjamin Ammann und sein Bruder Josua. Beide tanzen bereits seit mehreren Jahren. Mehr findest du auf Instagram unter [@benjamin_ammann](https://www.instagram.com/benjamin_ammann)

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Benjamin Ammann: Tel. 076 505 19 28

CAMP
SPONSOR





Cheerleading

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–16.00 Uhr

Treffpunkt

Turnhalle Schönau, Zürcherstrasse 99,
9014 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Schönenwegen

VBSG: 1 | 2

Regioabus: 151 | 980

Mitbringen

Bequeme Kleidung zum Tanzen, Ersatz-T-Shirt, gefüllte Trinkflasche.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag. Über die Mittagspause gehen wir jeweils in die Sporthalle Kreuzbleiche. Nimm dein Sandwich mit oder verpflege dich an einem unserer Imbiss-Stände. Das Verpflegungsangebot findest du auf Seite 11.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die Halle und deponiere sie dort. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag

in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet der grosse Abschluss-Nachmittag statt. Du wirst zwischen 15 und 16 Uhr deinen grossen Auftritt haben. Lade dazu deine Fans, Eltern und Freunde ein.
Ende Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Tanja Krämer, 6-fache Deutsche Meisterin, als Teilnehmerin und Trainerin im Cheerdance

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Tanja Krämer: Tel. 0049 171 932 30 76

CAMP
SPONSOR



CAMP
SPONSOR



JUNGBÄCK | OTTO-PORSCH
Die Zahnärzte für Ihre Gesundheit



Crossfit Kids

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

13.30–16.30 Uhr

Treffpunkt

CrossFit Abtwil & Workout Academy,
Gaiserwaldstrasse 16a, 9015 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Wiesenbach | Cinedom
VBSG: 3 | 4
Regiobus: 158

Parkplätze

Es stehen kostenlose Parkplätze zur Verfügung.

Mitbringen

Traineranzug/Sporttunique, Ersatz T-Shirt, gefüllte Trinkflasche.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die Halle oder deponiere sie in einem Schliessfach. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Donnerstag, 17. Oktober**, kannst du deinen Eltern und Freunden zeigen, was du gelernt hast.

Besuchszeit: 15.30–16.30 Uhr

Trainer | Campleiter

Valentino Herrera ist der Leiter vom CrossFit Abtwil & Workout Academy, u.a. lizenziierter Crossfit Kids Trainer

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Valentino Herrera: Tel. 079 224 40 67





Curling

Datum

Montag–Freitag, 14.–17. Oktober 2024

U12 10.00–12.00 Uhr

U15 10.00–12.00 Uhr

Treffpunkt

Eissportzentrum Lerchenfeld (Eingang),
Zürcherstrasse 152, 9014 St.Gallen
Ein öffentlicher Parkplatz steht vis-à-vis
der Eishalle zur Verfügung.

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Lerchenfeld

VBSG: 1 | 2

Regiobus: 151 | 980

Mitbringen

Gefüllte Trinkflasche, Traineranzug/
Sportbekleidung (keine Jeans), warme
Unterwäsche, Mütze, Handschuhe
(Grund: Die Temperatur in der
Curlinghalle beträgt 2-5 Grad Celsius)

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel
pro Tag.

Wertgegenstände

Jeder ist für seine Sachen selber
verantwortlich. Wir übernehmen keine
Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Donnerstag, 17. Oktober**, kannst du
deinen Eltern und Freunden zeigen, was
du gelernt hast.

Besuchszeit: 11.00 –12.00 Uhr

Trainer | Campleiter

Meico Oehninger ist der Leiter der
Curling Schule St.Gallen.

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Meico Oehninger: Tel. 079 793 69 57



projekt woche

25
Jahre



2003



2007



1999

Alles begann mit Ex-NBA-Profi Linoel Billingsy und Dance 4. Zu diesem Basketball- und Streetdance-Camp im Frühling 1999 kamen knapp 100 Jugendliche.

2005

200 Kids
20 Staff
7 Camps

2010

500 Kids
100 Staff
12 Camps

1999

100 Kids
15 Staff
2 Camps

St.Gallen

1. Sinnvolle Freizeitgestaltung
Spaß und Beziehungen stehen im Mittelpunkt. Wir arbeiten mit über 15 lokalen Sportvereinen zusammen und fördern nachhaltig den Breitensport.



Folge uns auf Instagram:
@projektwochesg

2025

Teile deine Bilder
der Projektoche mit
#meineprojektwoche



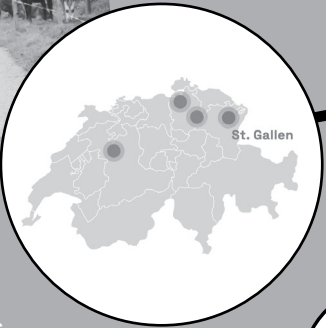
850 Kids
180 Staff
34 Camps

2020

3. Ethische & christliche Werte
Wir vermitteln durch unser Leben
und unsere Inputs christliche
Werte.

2015

650 Kids
120 Staff
20 Camps



Bülach

Züri
oberland

Romans-
horn

Basel

Bern

2. Training mit Profis
Jedes Camp wird von einer
Fachperson und einem
geschulten Team geleitet.

Mehr Infos unter
www.projektwoche.ch



Dance

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–16.00 Uhr

Treffpunkt

Tanz-Zentrum, Haggenstrasse 44,
9014 St.Gallen

Weitere Infos: www.tanz-zentrum.ch

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Walserstrasse

VBSG: 7

Haltestelle: Gröblistrasse

VBSG: 2 | 8

Mitbringen

Bequeme Kleidung zum Tanzen, Ersatz-T-Shirt, gefüllte Trinkflasche, Duschsachen (freiwillig).

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag. Über die Mittagspause gehen wir jeweils in die Sporthalle Kreuzbleiche. Nimm dein Sandwich mit oder verpflege dich an einem unserer Imbiss-Stände. Das Verpflegungsangebot findest du auf Seite 11.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in den Trainingsraum und deponiere sie dort. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet der grosse Abschluss-Nachmittag statt. Du wirst zwischen 15 und 16 Uhr deinen grossen Auftritt haben. Lade dazu deine Fans, Eltern und Freunde ein.
Ende Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Liumei Silva ist ausgebildete Bühnentänzerin der National Ballett School in Kuba, wo sie von 2005 bis 2014 als Ballettlehrerin unterrichtet hat. Liumei gründete 2017 in St. Gallen die Liu Dance Academy, wo sie mit ansteckender Leidenschaft Ballett, Jazz Dance, Afrocuban Contemporary und Latin Style für Kinder, Jugendliche und Erwachsene unterrichtet.

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Liu Silva: 078 709 18 17





Eiskunstlauf

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

U9 8.45–10.00 Uhr

U15 10.15–11.30 Uhr

Treffpunkt

Eissportzentrum Lerchenfeld (Eingang),
Zürcherstrasse 152, 9014 St.Gallen
Ein öffentlicher Parkplatz steht vis-à-vis
der Eishalle zur Verfügung.

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Lerchenfeld

VBSG: 1 | 2

Regiobus: 980

Mitbringen

Helm, gefüllte Flasche (Tee), Handschuhe, Schlittschuhe (wenn vorhanden), warme aber bequeme Kleidung. Wenn du willst, kannst du auch Knie-/Ellbogenschoner mitnehmen.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag.

Wertgegenstände

Deponiere deine Wertgegenstände in einem Schliessfach. Jeder ist für seine Sachen selbst verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Freitag, 18. Oktober**, kannst du deinen Eltern und Freunden zeigen, was du gelernt hast.

Besuchszeit U9: 8.45–10.00 Uhr

Besuchszeit U15: 10.15–11.30 Uhr

Trainer | Campleiter

Phillip Liñan, J+S-Leiter und Trainer in St.Gallen, Wil und Uzwil.

Mehr unter: www.eisclub-sg.ch

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Phillip Liñan: Tel. 077 480 97 04





Fussball U12

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–16.00 Uhr | Freitag 9.00–12.45 Uhr

Treffpunkt

Sporthalle Kreuzbleiche, Bogenstrasse 10,
9000 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Sporthalle

VBSG: 3 | 4

Haltestelle: Rosenbergstrasse

VBSG: 1 | 2 | 9 | 10 | 12

Regiobus: 151 | 980

Mitbringen

Sporttenu, Schienbeinschoner (ohne Schienbeinschoner darf nicht gespielt werden), Ersatz-T-Shirt, Trainingsanzug, gefüllte Trinkflasche, Duschsachen (freiwillig).

Wichtig: Hallenschuhe mit heller Sohle mitnehmen.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag. Über die Mittagspause gehen wir jeweils in die Sporthalle Kreuzbleiche. Nimm dein Sandwich mit oder verpflege dich an einem unserer Imbiss-Stände. Das Verpflegungsangebot findest du auf Seite 11.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die Halle oder deponiere sie in einem Schliessfach. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, starten deine Gruppenspiele des Fussball-Turniers um 9.20 Uhr. Die Finalspiele sowie der Penaltykönig werden zwischen 11.30 und 12.30 Uhr ausgetragen. Lade dazu deine Eltern und Freunde ein. Im Anschluss folgen Rangverkündigung und Verabschiedung des Fussball-Camps. Wer sich anschliessend ans Fussball-Camp noch die Abschlussvorstellung anschauen will, ist herzlich eingeladen. Die Aufsichtspflicht liegt bei den Eltern. Ende Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Ralph Saxer und Trainerteam

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Ralph Saxer: Tel. 077 446 99 89

CAMP
SPONSOR



Fussball U15



Datum

Montag–Freitag, 16.–20. Oktober 2023

Zeiten

9.00–16.00 Uhr | Freitag 9.00–13.15 Uhr

Treffpunkt

Sporthalle Schönenwegen, Zürcherstrasse 67, 9014 St.Gallen
Eingang Sporthalle direkt beim Trottoir.

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Waldau

VBSG: 1 | 2

Regiobus: 151 | 980

Mitbringen

Sporttenue, Schienbeinschoner (ohne Schienbeinschoner darf nicht gespielt werden), Ersatz-T-Shirt, Trainingsanzug, gefüllte Trinkflasche, Duschsachen (freiwillig).

Wichtig: Hallenschuhe mit heller Sohle mitnehmen.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag. Über die Mittagspause gehen wir jeweils in die Sporthalle Kreuzbleiche. Nimm dein Sandwich mit oder verpflege dich an einem unserer Imbiss-Stände. Das Verpflegungsangebot findest du auf Seite 11.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die Halle oder deponiere sie in einem Schliessfach. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, starten deine Gruppenspiele des Fussball-Turniers starten um 9.20 Uhr. Die Finalspiele werden zwischen 11.30 und 13.00 Uhr ausgetragen. Lade dazu deine Eltern und Freunde ein. Verabschiedung und Schluss des Camps um 13.15 Uhr. Anschliessend liegt die Aufsichtspflicht bei den Eltern. Ende Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Cédric Saxer und Trainerteam

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Cédric Saxer: Tel. 077 410 80 07





Handball

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

U11 9.00–12.00 Uhr

U14 13.30–16.30 Uhr

Freitag: Teilnehmer aus dem U14 Camp kommen am Freitag direkt um 13.00 Uhr in die Sporthalle Kreuzbleiche.

Treffpunkt

Athletik Zentrum St.Gallen, Halle 1–3,
Parkstrasse 2, 9000 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Singenberg

VBSG: 1 | 2 | 7 | 8 | 11

Haltestelle: Athletik Zentrum

VBSG: 11

Postauto: 201

Mitbringen

Sporttenuue, Ersatz-T-Shirt, gefüllte Trinkflasche, Trainingsanzug, evtl. Knieschoner, Duschsachen (freiwillig).

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag. Über die Mittagspause gehen wir jeweils in die Sporthalle Kreuzbleiche. Nimm dein Sandwich mit oder verpflege dich an einem unserer Imbiss-Stände. Das Verpflegungsangebot findest du auf Seite 11.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die Halle oder deponiere sie in einem Schliessfach. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet der grosse Abschlussnachmittag statt. Deine Finalsiege im Handball wirst du zwischen 13.00 und 15.15 Uhr bestreiten. Lade dazu deine Eltern und Freunde ein. Schluss des Camps ist um 15.30 Uhr. Anschliessend liegt die Aufsichtspflicht bei den Eltern. Ende Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Paulo Aperdanner ist Juniorentrainer bei SV Fides, langjähriger Handballspieler und J+S Leiter.

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Paulo Aperdanner: Tel. 079 721 15 91





Judo

Datum

Montag–Donnerstag, 14.–17. Oktober 2024

Zeiten

14.00–16.00 Uhr

Treffpunkt

Sporthalle Volksbad, Volksbadstrasse 22, 9000 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Singenberg
VBSG: 1 | 2 | 7 | 8 | 11

Mitbringen

Judogi (Judoanzug) wenn vorhanden, gefüllte Trinkflasche. Für Teilnehmer, die keinen Judogi haben, werden Anzüge zur Verfügung gestellt.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die Halle und deponiere sie dort. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Donnerstag, 17. Oktober**, zwischen 15.10 und 16.00 Uhr, haben die Eltern die Möglichkeit, mit ihren Kids am Judotraining teilzunehmen.

Trainer | Campleiter

Heinz Stäheli, Inhaber und Judolehrer der Judoschule Nippon Wolfhalden

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Heinz Stäheli: Tel. 079 623 18 36





Kids Camp

Datum

Montag–Donnerstag, 14.–17. Oktober 2024

Zeiten

Türöffnung 8.45 Uhr

Programm-Start 9.00 Uhr

Programm-Ende 16.15 Uhr

Treffpunkt

Kirche Bild, Piccardstrasse 18,
9015 St.Gallen

Weitere Infos: www.kirche-bild.ch

Es stehen keine Parkplätze zur Verfügung. Um Kinder aussteigen zu lassen, kann kurz bei der Kirche Bild angehalten werden.

Vorteilhaft ist die Benützung der öffentlichen Verkehrsmittel.

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Altenwegen

VBSG: 3 | 4

Regiobus: 158

Mitbringen am ersten Tag

Nimm in einer Tasche, die mit deinem Namen beschriftet ist, Ersatzkleider mit (Unterwäsche, Socken, Hose, Pullover, T-Shirt). Die Tasche bleibt die ganze Woche bei uns.

Kleidung

Immer wettergerecht angezogen und mit guten Schuhen ausgerüstet.

Verpflegung

Bringe in einem kleinen Rucksack jeden Tag ein Getränk und einen kleinen «Znüni» mit. Für das Mittagessen und für weitere Getränke sorgen wir.

Abschlussnachmittag

Wir lassen unsere Abenteuer in der Mattisburg nochmals aufleben und geben Einblick in die vergangenen Tage. Ein Rückblick für alle Eltern und Freunde.

Donnerstag, 17. Oktober

Zeit: 14.45–16.00 Uhr

Ort: Kirche Bild, Piccardstrasse 18,
9015 St.Gallen

Bitte Parkeinweisung beachten, für diesen Nachmittag stehen Extra-Parkplätze zur Verfügung.

Campleiter

Andi Baltensperger, Gabi Stäheli und Team

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Andi Baltensperger: Tel. 079 572 22 74

CAMP
SPONSOR

Knöpfel
undenmauer
leinbaggerbetrieb GmbH

Klettern



Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

U12 9.00–12.00 Uhr

U17 13.30–16.30 Uhr

Treffpunkt

Kletter-Zentrum St.Gallen, Edison-
strasse 9, 9015 St.Gallen

Weitere Infos: www.diekletterhalle.ch

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Altenweg

VBSG: 3 | 4

Regiobus: 158

Mitbringen

Sportshosen, die bis über das Knie gehen
und eine gefüllte Trinkflasche.

Das Klettermaterial wird zur Verfügung
gestellt. Wer eigenes Klettermaterial
hat, darf es gerne mitnehmen.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel
pro Tag. Die Mittagspause gehört nicht
zum Camp, es gibt jedoch die Möglich-
keit, sich im Bistro des Kletter-Zentrums
zu verpflegen.

Wertgegenstände

Deine Wertgegenstände kannst du im
Garderobenraum (Fr. 2.– Depot) ein-
schliessen. Jeder ist für seine Sachen
selber verantwortlich. Wir übernehmen
keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Donnerstag, 17. Oktober**, zeigen die
Teilnehmer, was sie bereits gelernt ha-
ben und klettern in luftige Höhen...

Zeiten für Eltern U12: 11.00–12.00 Uhr

Zeiten für Eltern U17: 15.30–16.30 Uhr

Trainer | Campleiter

Doris Knöpfel und Team

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Doris Knöpfel: Tel. 076 470 61 52





Linedance

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–12.00 Uhr

Treffpunkt

Buffalo-Dancers, im Steigcenter,
Industriestrasse 28, 9100 Herisau

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Müli

Bus: 171 ab Bahnhof Herisau

Mit dem Auto Zufahrt über die Strasse «Neue Steig» bis Höhe Lokal «Buffalo Dancers». Parkplätze (Kiesplatz) stehen zur Verfügung.

Mitbringen

Bequeme Kleidung zum Tanzen, Ersatz-T-Shirt, gefüllte Trinkflasche.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag.

Wertgegenstände

Wertgegenstände bleiben am besten zu Hause. Ansonsten kannst du sie im Trainingsraum deponieren. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Freitag, 18. Oktober**, kannst du deinen Eltern und Freunden zeigen, was du gelernt hast. Eltern sind eingeladen selbst mitzumachen, oder dürfen es sich mit Kaffee oder anderen Getränken gemütlich machen.

Zeit: ab 11.00–12.00 Uhr

Abschluss-Nachmittag

Zusätzlich wirst du auch die Gelegenheit haben am Freitagnachmittag **in der Sporthalle Kreuzbleiche** einen Tanz zu zeigen. Auftritt wird zwischen 15 und 16 Uhr stattfinden.

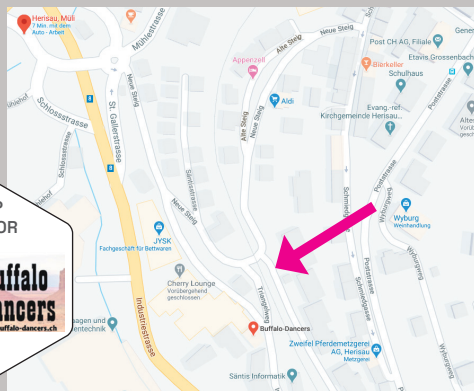
Ende Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Bettina Löhner und Team der Tanzschule Buffalo Dancers.

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Bettina Löhner: Tel. 079 197 24 36





Mountainbike

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–12.00 Uhr | Freitag 9.00–15.00 Uhr

Treffpunkt

und Rückkehr: vor dem Eingang der Sporthalle Kreuzbleiche.

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Sporthalle

VBSG: 3 | 4

Haltestelle: Rosenbergstrasse

VBSG: 1 | 2 | 9 | 10 | 12

Regiobus: 151 | 980

Mitbringen

Zieh dich der Witterung entsprechend an. Bikebekleidung, Helm und Velohandschuhe, gefüllte Trinkflasche. Bring dein eigenes Bike (in gutem Zustand) mit.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag. Wer sich nach der Rückkehr in der Sporthalle Kreuzbleiche verpflegen will, darf das gerne tun. Das Verpflegungsangebot findest du auf Seite 11.

Wertgegenstände

Wertgegenstände bleiben am besten zu Hause. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Velo Depot

Wenn du dein Velo über Nacht in der Sporthalle Kreuzbleiche lassen willst, ist das möglich. Wichtig ist dabei aber, dass du dein Velo abschliessen kannst. Bei Diebstahl übernehmen wir keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet von 15.15 bis 16.15 Uhr die Showtime statt.

Wer sich im Anschluss ans Mountainbike-Camp die Showtime anschauen will, ist herzlich eingeladen. Die Aufsichtspflicht liegt bei den Eltern.

Trainer | Campleiter

Andy Schönenberger und weitere Bike-Teachers.

Abmelden

während dem Camp abmelden bei Andy Schönenberger: Tel. 078 879 74 57

CAMP
SPONSOR

VELO LEGI.CH



Parkour

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

U12 9.00–11.45 Uhr

Freitag 9.00.–16.15 Uhr

U16 13.30–16.15 Uhr

Treffpunkt

Kreuzbleiche Turnhallen,
(neben der Sporthalle), Bogenstrasse 40,
9000 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Sporthalle

VBSG: 3 | 4

Haltestelle: Rosenbergstrasse

VBSG: 1 | 2 | 9 | 10 | 12

Regiobus: 151 | 980

Mitbringen

Hallenschuhe für Indoor, Turnschuhe für Outdoor, Sporttenue, Ersatz-T-Shirt, gefüllte Trinkflasche, Trainingsanzug.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag.

Am Freitag werden die Teilnehmer vom U12 Camp die Mittagspause in der Sporthalle Kreuzbleiche verbringen.

Nimm dein Sandwich mit oder verpflege dich an einem unserer Imbiss-Stände.

Das Verpflegungsangebot findest du auf Seite 11.

Wertgegenstände

Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet der grosse Abschluss-Nachmittag statt. Du wirst zwischen 15 und 16 Uhr zeigen, was du gelernt hast. Lade dazu deine Fans, Eltern und Freunde ein. Ende Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Aurelius Hanak, Sportstudent und Mitglied der Parkour Family St.Gallen.

Abmelden

während dem Camp

Bei Krankheit bitte direkt abmelden bei Aurelius Hanak: Tel. 078 713 39 79



Power Girls



Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

Montag–Donnerstag 13.30–16.30 Uhr

Freitag 13.30–15.00 Uhr

Treffpunkt

Kreuzbleiche Turnhallen,

(neben der Sporthalle), Bogenstrasse 40,
9000 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Sporthalle

VBSG: 3 | 4

Haltestelle: Rosenbergstrasse

VBSG: 1 | 2 | 9 | 10 | 12

Regiobus: 151 | 980

Mitbringen

Sporttenuue, Ersatz-T-Shirt, gefüllte
Trinkflasche, Trainingsanzug, Duschsa-
chen (freiwillig).

Verpflegung

Jede Teilnehmerin bekommt einen Apfel
pro Tag.



Wertgegenstände

Jeder ist für seine Sachen selber
verantwortlich. Wir übernehmen keine
Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Einblick in die Welt der
Selbstverteidigung für alle Eltern, mit
der Möglichkeit, selber mitzumachen
und sich informieren zu lassen, wie das
Erlern weiter geübt werden kann.

Donnerstag, 17. Oktober,

15.00–16.30 Uhr

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet der
Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle
Kreuzbleiche statt. Teilnehmer aus dem
Power Girls Camp sind eingeladen, die
Showtime von 15.15 bis 16.15 Uhr zu
besuchen. Die Aufsichtspflicht liegt bei
den Eltern.

Campleiter

Franco Pedrotti, Lehrer und Trainer (J+S
Leiter) mit elf Meistergraduierungen in
mehreren Kampfsportdisziplinen. Leiter
der TAO-Schule für moderne Kampf-
kunst und Selbstverteidigung.
Info: www.tao-budo.ch

Abmelden

während dem Camp bitte direkt abmel-
den bei Franco Pedrotti:
Tel. 076 831 45 58



Powerkids

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–12.00 Uhr

Treffpunkt

Sporthalle Volksbad, Volksbadstrasse 24,
9000 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Singenberg

VBSG: 1 | 2 | 7 | 8 | 11

Mitbringen

Sporttenuue, Ersatz-T-Shirt, gefüllte
Trinkflasche, Trainingsanzug.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel
pro Tag.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in
die Halle oder deponiere sie in einem
Schliessfach. Jeder ist für seine Sachen
selber verantwortlich. Wir übernehmen
keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Donnerstag, 17. Oktober**, zeigen die
Kids, was sie gelernt haben. Franco Ped-
rotti gibt dabei hilfreiche Tipps und Ide-
en weiter, wie das Eingeeübte im Alltag
vertieft wird und wie Eltern ihre Kinder
nachhaltig stärken und unterstützen
können. Für Interessierte besteht auch
die Möglichkeit, aktiv mitzumachen. Viel
Spass!

Für Eltern der Gruppe 1: 9.15–10.30 Uhr

Für Eltern der Gruppe 2: 10.45–12.00 Uhr

Campleiter

Franco Pedrotti, Lehrer und Trainer (J+S
Leiter) mit elf Meistergraduierungen in
mehreren Kampfsportdisziplinen. Leiter
der TAO-Schule für moderne Kampf-
kunst und Selbstverteidigung.
Info: www.tao-budo.ch

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Franco Pedrotti: Tel. 076 831 45 58





Squash

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

U13 9.00–10.30 Uhr

U17 10.30–12.00 Uhr

Treffpunkt

Sportcenter Ost,

Rorschacherstrasse 292, 9016 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Zil

VBSG: 1

Haltestelle: Remishueb | Klinik

Postauto: 210 | 211 | 254

Mitbringen

Sporttenue, Ersatz-T-Shirt, gefüllte

Trinkflasche, Trainingsanzug.

Falls du einen Schläger hast, nimm ihn mit, ansonsten bekommst du einen.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die Halle oder deponiere sie in einem Schliessfach. Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Freitag, 18. Oktober**, kannst du deinen Eltern und Freunden zeigen, was du gelernt hast.

Besuchszeit: "

U13 9.00–10.30 Uhr

U17 10.30–12.00 Uhr

Campleiter

Hansruedi Ballmann ist Juniorentrainer beim Squash Club St.Gallen, J+S Leiter und langjähriger Spieler.

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Hansruedi Ballmann: Tel. 079 344 57 50

CAMP
SPONSOR

squashclub
st.gallen



Streetworkout

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

Montag–Donnerstag 13.30–16.30 Uhr

Freitag 13.30–16.15 Uhr

Treffpunkt

Montag–Donnerstag:

Street Workout Park an der Kantonsschule Burggraben, 9000 St.Gallen.

Der Street Workout Park befindet sich auf dem Dach der Sporthalle.

Treffpunkt beim Eingang der Sporthalle. Zugang von der «Lämmli brunnenstrasse» bzw. «Untere Büschenstrasse».

Bei schlechtem Wetter steht die Turnhalle T20 bei der Kantonsschule bereit.

Freitag: direkt um 13.30 Uhr in der Sporthalle Kreuzbleiche.

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Theater

VBSG: 1 | 2 | 7 | 8 | 12

Postauto: 120 | 121 | 201 | 210 | 211 | 242

Regiobus: 151

Haltestelle: Kantonsschule

VBSG: 11

Postauto: 254

Mitbringen

Sporttenuue, gefüllte Trinkflasche, der Witterung angepasste Kleidung. Da wir evtl. auch eine Halle benützen, unbedingt Hallenschuhe mitnehmen.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel pro Tag.

Wertgegenstände

Jeder ist für seine Sachen selber verantwortlich. Wir übernehmen keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet von 15.15 bis 16.15 Uhr eine Showtime statt. Hier zeigen die Teilnehmer, was sie in den vergangenen Tagen gelernt haben. Eltern und Freunde sind herzlich willkommen. Ende Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Eric Manser, gehört als Pionier im Street Workout zu den Mitgründern des Vereins: street-workout.com

Einblick von Eric auf Instagram:

[@eric_sovers](https://www.instagram.com/eric_sovers)

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei Eric Manser:

Mail: eric@street-workout.com

CAMP
SPONSOR

STREET WORKOUT

Tennis U11



Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–12.00 Uhr

Treffpunkt

Sportzentrum Herisau,
Kasernenstrasse 71, 9100 Herisau
Info: sportzentrum-herisau.ch

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Sportzentrum
Regiobus: 158 | 172

Mitbringen

Sporttenu, Ersatz-T-Shirt, gefüllte
Trinkflasche, Trainingsanzug, Dusch-
sachen (freiwillig), eigenen Schläger
(wenn vorhanden).

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel
pro Tag.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in
die Halle oder deponiere sie in einem
Schliessfach. Jeder ist für seine Sachen
selber verantwortlich. Wir übernehmen
keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Donnerstag, 17. Oktober**, ab 10 Uhr,
zeigen die Kids, was sie gelernt haben.
Alle Eltern und Freunde sind herzlich
eingeladen.

Trainer | Campleiter

Karl Kappeler, seit vielen Jahren be-
geisterter Tennisspieler, spielt Interclub
und kennt die neusten Techniken und
Trainingsmethoden.

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Karl Kappeler: Tel. 079 356 78 69

CAMP
SPONSOR





Tennis U13

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–12.00 Uhr

Treffpunkt

Sportanlage Gründenmoos,
Gründenstrasse 34, 9015 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Wiesenbach | Cinedom
VBSG: 3 | 4
Regiobus: 158

Mitbringen

Sporttenuue, Ersatz-T-Shirt, gefüllte
Trinkflasche, Trainingsanzug, Dusch-
sachen (freiwillig), eigenen Schläger
(wenn vorhanden).

Verpflegung

Jedes Kind bekommt einen Apfel pro
Tag.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die
Halle und deponiere sie dort. Jeder ist
für seine Sachen selber verantwortlich.
Wir übernehmen keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Donnerstag, 17. Oktober**, ab 10 Uhr,
zeigen die Kids, was sie gelernt haben.
Alle Eltern und Freunde sind herzlich
eingeladen.

Trainer | Campleiter

Michel Gucek, selbständiger Tennis-
trainer und Sportmanager mit Dip-
lom B, J+S Coach, und Trainerteam
Hier geht es zur Tennis-Schule von
Michel Gucek: michelgucek.com

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Michel Gucek: Tel. 076 340 05 58





Tennis U17

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

13.00–16.00 Uhr

Treffpunkt

Sportanlage Gründenmoos,
Gründenstrasse 34, 9015 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Wiesenbach | Cinedom
VBSG: 3 | 4
Regiobus: 158

Mitbringen

Sporttenue, Ersatz-T-Shirt, gefüllte
Trinkflasche, Trainingsanzug, Dusch-
sachen (freiwillig), eigenen Schläger
(wenn vorhanden).

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel
pro Tag.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die
Halle und deponiere sie dort. Jeder ist
für seine Sachen selber verantwortlich.
Wir übernehmen keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Donnerstag, 17. Oktober**, ab 15 Uhr,
zeigen die Kids, was sie gelernt haben.
Alle Eltern und Freunde sind herzlich
eingeladen.

Trainer | Campleiter

Michel Gucek, selbständiger Tennis-
trainer und Sportmanager mit Diplom B,
J+S Coach, und Trainerteam
Hier geht es zur Tennis-Schule von
Michel Gucek: michelgucek.com

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Michel Gucek: Tel. 076 340 05 58





Tischtennis

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–12.00 Uhr

Treffpunkt

Turnhalle Zil, Oberstufenzentrum Zil,
Zilstrasse 61, 9016 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Stepanshorn

VBSG: 1

Mitbringen

Sporttenuue (keine weissen Kleider),
Ersatz-T-Shirt, gefüllte Trinkflasche.
Nimm deinen eigenen Schläger mit,
sofern du einen hast.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen Apfel
pro Tag.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die
Halle und deponiere sie dort. Jeder ist
für seine Sachen selber verantwortlich.
Wir übernehmen keine Haftung.

Spezielle Besuchszeit

Am **Freitag, 18. Oktober**, ab 10 Uhr,
zeigen die Kids, was sie gelernt haben.
Alle Eltern und Freunde sind herzlich
eingeladen.

Trainer | Campleiter

Michal Kubat, tschechischer
Spielertrainer beim TTC St.Gallen;
Andras Kurilla, und weitere Spieler vom
TTC St.Gallen.

Weitere Infos: www.ttcstgallen.ch

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Andras Kurilla: Tel. 077 492 88 45





Unihockey

U11 | U15 | Girls

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–16.00 Uhr

Treffpunkt

Sporthalle Tal der Demut,
Demutstrasse 113, 9012 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Riethüsli
VBSG: 5

Mitbringen

Sporttenuue, Ersatz-T-Shirt, gefüllte
Trinkflasche, Trainingsanzug,
Duschsachen (freiwillig),
Unihockeystock (Wer keinen Stock
besitzt, soll sich vor dem Camp mit Kurt
Zellweger absprechen.)

Wichtig: Hallenschuhe mit heller Sohle
für die Halle und ein Paar Turnschuhe für
das Training im Freien.

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen
Apfel pro Tag. Über die Mittagspause
gehen wir jeweils in die Sporthalle
Kreuzbleiche. Nimm dein Sandwich
mit oder verpflege dich an einem
unserer Imbiss-Stände. Das
Verpflegungsangebot findest du auf
Seite 11.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die
Halle und deponiere sie dort. Jeder ist
für seine Sachen selber verantwortlich.
Wir übernehmen keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet der
grosse Abschluss-Nachmittag statt.
Deine Finalsplele im Unihockey wirst du
zwischen 13.00 und 15.15 Uhr bestreiten.
Lade dazu deine Eltern und Freunde ein.
Wer sich anschliessend ans Unihockey-
Camp noch die Abschlussvorstellung
anschauen will, ist herzlich eingeladen.
Die Aufsichtspflicht liegt bei den Eltern.
Ende Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Kurt und Tobias Zellweger, Nachwuchs-
Trainer von WASA, Unihockey Verein
Waldkirch-St.Gallen.
Weitere Infos: www.uhcwasa.ch

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Kurt Zellweger: Tel. 079 688 50 08





Volleyball

Datum

Montag–Freitag, 14.–18. Oktober 2024

Zeiten

9.00–16.00 Uhr

Treffpunkt

Athletik Zentrum St.Gallen, Halle 4,
Parkstrasse 2, 9000 St.Gallen

Verkehrsverbindung (sbb.ch)

Haltestelle: Athletik Zentrum
VBSG: 11
Postauto: 201

Mitbringen

Sporttenue, Ersatz-T-Shirt, gefüllte
Trinkflasche, Trainingsanzug, evtl.
Knieschoner, Duschsachen (freiwillig).

Verpflegung

Jeder Teilnehmer bekommt einen
Apfel pro Tag. Über die Mittagspause
gehen wir jeweils in die Sporthalle
Kreuzbleiche. Nimm dein Sandwich
mit oder verpflege dich an einem
unserer Imbiss-Stände. Das
Verpflegungsangebot findest du auf
Seite 11.

Wertgegenstände

Nimm deine Wertgegenstände mit in die
Halle und deponiere sie dort. Jeder ist
für seine Sachen selber verantwortlich.
Wir übernehmen keine Haftung.

Abschluss-Nachmittag

in der Sporthalle Kreuzbleiche

Am Freitag, 18. Oktober, findet der gros-
se Abschluss-Nachmittag statt. Deine Fi-
nalspiele wirst du im Volleyball zwischen
14.00 und 15.15 Uhr bestreiten. Lade
dazu deine Eltern und Freunde ein. Ende
Showtime: 16.15 Uhr

Trainer | Campleiter

Aleksandar Ljubcic ist ehemaliger Nati-
onalliga A Spieler und jetzt Headcoach
vom NLB Team Lindaren, Volley Amriswil
und Trainer in der U20 Volley Amriswil
Academy.

Abmelden

während dem Camp direkt abmelden bei
Aleksandar Ljubcic : Tel. 077 424 55 43

CAMP
SPONSOR

volleyamriswil
ACADEMY

NACH DER PROJEKTWOCHE IN DIE JUNGSCHEAR?

**JUNGSCHEARMOMENT
NR. 14**

SCHNUPPERTAG 26. Oktober 2024

Draussen – Action – Gemeinschaft

Erlebe Jungscharmomente! In St.Gallen, Wittenbach, Gossau und Gais!

Für Kinder der 1.-7. Klasse bieten 6 Jungscharen altersgerechte und erlebnisreiche Outdoorprogramme an.

Finde deine nächste Gruppe: www.regi14.ch

Nimm Kontakt auf: David Knaus | davidknaus17@gmail.com | 079 812 83 23



JETZT RESERVIEREN:
13.-17. OKTOBER 2025
ST.GALLEN -
APPENZELL

