



# Schneesportlager 2018

Montag 5. bis Freitag 9. März 2018

Gym1 (Quarta) 21abcde



## Lenk im Simmental



## Liebe Quartanerinnen und Quartaner

Herzlich Willkommen im Schneesportlager an der Lenk. Das obligatorische Schneesportlager am Gymnasium Oberaargau hat eine lange Tradition, doch jedes Jahr werden die Strukturen und Regeln wieder aktualisiert. Wir erwarten ca. 115 Schülerinnen und Schüler der Quarta- bzw. Gym1-Klassen. Für die Lagerorganisation sind die Sportlehrkräfte Martin Kohler, Yves Bärtschi und Valerie Rordorf verantwortlich. Beim Unterricht im Schnee werden wir von Leiterinnen und Leitern mit J+S-Ausbildung unterstützt. Das Leiterteam besteht zum Teil aus aktuellen und ehemaligen Gymnasiasten sowie Bekannten aus dem Umfeld der Lehrerschaft.

In dieser Broschüre finden sie alle wichtigen Informationen zum Lager. Wir bitten sie, diese im Vorfeld **sorgfältig zu studieren** und **auf ihrem Smartphone ins Lager mitzunehmen**. Die Regeln und Informationen sind verbindlich und müssen von ALLEN akzeptiert und gelebt werden.

Wir freuen uns auf ein schneereiches, sonniges Lager an der Lenk.  
M. Kohler, Y. Bärtschi und V. Rordorf

### Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Wichtige Informationen</b> .....	<b>2</b>
1.1	Notfallnummern .....	2
<b>2</b>	<b>Kuspo (Wohnen und Essen)</b> .....	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>Gruppeneinteilung</b> .....	<b>2</b>
<b>4</b>	<b>Reise</b> .....	<b>3</b>
4.1	Car .....	3
4.2	Zug .....	3
<b>5</b>	<b>Regeln</b> .....	<b>4</b>
<b>6</b>	<b>Programm</b> .....	<b>5</b>
<b>7</b>	<b>Leiterliste</b> .....	<b>5</b>
<b>8</b>	<b>Packliste</b> .....	<b>6</b>
<b>9</b>	<b>Diverses</b> .....	<b>7</b>
9.1	Kosten .....	7
9.2	Krankheit & Verletzung .....	7
9.3	Versicherung .....	7
9.4	Sanktionen bei Fehlverhalten .....	7

---

**WICHTIG** Wenn die Eltern der Teilnehmenden in dieser Woche nicht unter der Schule bekannten Telefonnummer zu erreichen sind, bitten wir Sie uns dies vorgängig mitzuteilen!

## 1 Wichtige Informationen

Die wichtigsten Informationen finden Sie in dieser Broschüre sowie an der Infowand im Eingangsbereich des Kuspo. Bei Unklarheiten oder Problemen entscheidet das Sportlehrerteam gemeinsam.

**Infowand:** Wir bitten Sie täglich nach dem Morgenessen und vor dem Nachtschlafen einen Blick auf das Anschlagbrett zu werfen, um sich über das aktuelle Programm oder kurzfristige Änderungen zu informieren.

**Apotheke:** Für gesundheitliche Probleme steht das Lehrerteam zur Verfügung. Für einen allfälligen Arztbesuch sind wir froh, wenn Sie die Krankenkassenkarte dabei haben.

### 1.1 Notfallnummern

Bei Fragen oder Unklarheiten stehen die Lehrpersonen wie folgt zur Verfügung:

Martin Kohler	Unterkunft, An-/Abmeldungen	<a href="mailto:martin.kohler@bzl.ch">martin.kohler@bzl.ch</a>	079 564 60 45
Yves Bärtschi	Finanzen, Transport, J+S	<a href="mailto:yves.baertschi@bzl.ch">yves.baertschi@bzl.ch</a>	079 768 55 35
Valerie Rordorf	Informationen, Gesundheit	<a href="mailto:valerie.rordorf@bzl.ch">valerie.rordorf@bzl.ch</a>	079 576 09 52
Sekretariat Gymnasium Oberaargau			062 919 88 22
Kuspo			033 733 28 23

## 2 Kuspo (Wohnen und Essen)

Wir logieren im Kurs- und Sportzentrum (Kuspo) an der Lenk. Diese Unterkunft bietet Platz für ca. 450 Personen. Die Unterkunft ist aufgeteilt in fünf Häuser, drei davon sind Unterkunftsgebäude mit Mehrbettzimmern, Duschen/WC, Skiraum und geheiztem Schuh- und Kleiderdrehraum. Im Hauptgebäude befinden sich die Grossküche, die Essräume sowie ein Restaurant, das Verwaltungsbüro und viele Theorieräume. Wenige Meter neben dem Hauptgebäude steht eine grosse Sporthalle, die in Absprache mit den anderen Gruppen unter Aufsicht benutzt werden kann. Die Kuspo-Küche ist für unsere Verpflegung verantwortlich. Für den Mittag werden wir am Morgen einen Lunch mitnehmen (Thermosflasche/Feldflasche für den Tee mitnehmen). Frühstück und Abendessen finden im Hauptgebäude statt.

Wer Vegetarier ist, kein Schweinefleisch isst oder Allergien auf Nahrungsmittel hat, gibt dies in der Lageranmeldung an oder meldet sich persönlich bei den Lager-Lehrpersonen.

## 3 Gruppeneinteilung

Die Gruppen werden am Montag im Lager bekannt gegeben. Wenn jemand auf Grund der Leistung nicht in die Gruppe passt, werden die Leiter diese Person am Montagabend umteilen. **Am Montag gibt es während dem Tag keine Gruppenwechsel. Die Leiter werden während der Woche wechseln!**



**Den Lunch für Montagmittag nehmen Sie bitte von zu Hause mit und packen ihn in einen kleinen Rucksack.**

## 4 Reise

Diejenigen, welche ein GA haben, können selbstständig mit dem Zug reisen. Für die anderen Schülerinnen und Schüler wird ein Car organisiert. **Es reisen alle in der Sportausrüstung an und ab.**

- Bei der Ankunft im Kuspo wird das Gepäck im Skiraum deponiert. Die Lernenden suchen ihren Leiter/ihre Leiterin, erhalten von ihnen das Skiabo und gehen unverzüglich in Richtung Skigebiet.
- Bei der Rückreise haben die SchülerInnen nach dem Schneesport nur noch Zugang zum Skiraum, d.h. auch die Rückreise findet in der Schneesportkleidung statt.

### 4.1 Car

#### Anreise:

Der Treffpunkt ist um **07.10 Uhr** auf dem grossen Parkplatz vor dem **Parkhotel in Langenthal**. Der Car fährt ohne Halt bis an die Lenk.

#### Rückreise:

Der Car fährt um **16.00 Uhr** an der **Lenk ab** und wird **ca. um 18.00 Uhr in Langenthal** auf dem Parkplatz vom Parkhotel Langenthal eintreffen. (ohne Halt bis Langenthal)

### 4.2 Zug

#### Anreise:

Der Zug fährt in Langenthal 06.48 Uhr in Richtung Bern und trifft um 09.21 Uhr an der Lenk ein. Vom Bahnhof Lenk ins Kuspo fährt der offizielle Ortsbus.

<b>Langenthal ab:</b>	<b>06:48</b>	<b>Gleis 4</b>	<b>Bern an:</b>	<b>07:21</b>	<b>Gleis 9</b>
<b>Bern ab:</b>	<b>07:39</b>	<b>Gleis 4</b>	<b>Zweisimmen an:</b>	<b>08:59</b>	<b>Gleis 6</b>
<b>Zweisimmen ab:</b>	<b>09:03</b>	<b>Gleis 4</b>	<b>Lenk Bahnhof an:</b>	<b>09:21</b>	
<b>Ortsbus Richtung Lenk Simmenfälle:</b>					
<b>Lenk Bahnhof ab:</b>	<b>09:25</b>		<b>Kuspo an:</b>	<b>09:27</b>	

#### Rückreise:

Der Ortsbus fährt beim Kuspo um 15:31. Der Zug verlässt die Lenk um 15.37 und kommt um 18.10 Uhr in Langenthal an.

<b>Kuspo ab:</b>	<b>15:31</b>	<b>Lenk an:</b>	<b>15:34</b>
<b>Lenk ab:</b>	<b>15:37</b>	<b>Zweisimmen an:</b>	<b>15:55</b> <b>Gleis 4</b>
<b>Zweisimmen ab:</b>	<b>16:00</b> <b>Gleis 6</b>	<b>Bern an:</b>	<b>17:20</b> <b>Gleis 3</b>
<b>Bern ab:</b>	<b>17:39</b> <b>Gleis 9</b>	<b>Langenthal an:</b>	<b>18:10</b> <b>Gleis 3</b>



**Es reisen alle in der Sportausrüstung an und ab.**

## 5 Regeln

Wo viele Leute auf engem Raum zusammen sind, müssen gewisse Regeln eingehalten werden, insbesondere, damit alle verletzungsfrei bleiben. Mit dem Einhalten dieser Regeln und Ihrem Engagement in diesem Lager tragen Sie zu den positiven und bereichernden Erfahrungen aller Teilnehmenden bei.

Allgemeine Regeln
<p><b>Basisregeln</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wir nehmen Rücksicht aufeinander, beim Sportprogramm und bei der Nachtruhe.</li> <li>Die festgelegten Zeiten werden <b>pünktlich</b> eingehalten.</li> </ul> <p><b>Sicherheit und Nachtruhe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ab <b>22:00 Uhr ist Nachtruhe</b> auf dem ganzen Areal und in den Schlafräumen (Musik abstellen), die Geschlechter sind auf den Schlafetagen getrennt.</li> <li>Ab 22:30 Uhr sind alle in ihrem Zimmer, ab 22:45 Uhr sind alle in ihrem Bett, um 23:00 ist absolute Ruhe.</li> </ul> <p><b>Ausserhalb des Kuspo-Areals</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mindestens zu dritt und ein Mobiltelefon sowie Notfallnummern dabei.</li> <li>Nicht dem Lager angehörende Drittpersonen dürfen weder provoziert noch tätlich angegriffen werden. Auswertige dürfen zudem nicht in unsere Unterkunft.</li> </ul>
Hausregeln Kuspo
<ul style="list-style-type: none"> <li>Beschädigungen aller Art müssen umgehend gemeldet werden.</li> <li>Unnötiges/mutwilliges Auslösen des Feueralarms = mind. CHF 200.- Busse (+evtl. Feuerwehr)</li> <li>Das Ein-/Aussteigen bei den Fenstern sowie Sitzen auf Sims ist strikte untersagt.</li> <li>Keine Fremdgetränke an den Tischen im Essensaal.</li> <li>Essen und Trinken ist in den Zimmern untersagt (Wasser erlaubt).</li> </ul> <p>Sämtliche Schäden und Unkosten gehen zu Lasten des Fehlbaren. In den Zimmern untersagte Gegenstände können von der Lagerleitung beschlagnahmt werden.</p>
Rauchen, Alkohol & Drogen
<p><b>Rauchen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rauchen ist nur draussen im Freien, nicht vor den Eingängen, nicht während der Unterrichtszeiten und/oder im Skigebiet gestattet. (keine Zigarettenstummel am Boden!)</li> </ul> <p><b>Alkohol und Drogen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>Der Erwerb und Konsum von alkoholischen Getränken sowie Drogen, dazu gehört auch Cannabis, ist verboten.</b></li> <li>Sanktion: Wegweisung aus dem Lager (siehe 9.4 Sanktionen bei Fehlverhalten, S. 7)</li> </ul>
Schneesport
<ul style="list-style-type: none"> <li>Während des Schneesports gelten die Anweisungen der J+S-Leitenden. Die J+S-Leitenden melden besondere Ereignisse der Lagerleitung.</li> <li>Das Rauchen im Skigebiet ist untersagt.</li> <li>Bei freiem Fahren <b>mindestens zu dritt</b> und ein Mobiltelefon (aufgeladen!) + Notfallzettel dabei.</li> <li>Damit Unfälle beim Sport verhindert werden, sorgen alle selbstverantwortlich für genügend Schlaf und Erholung.</li> </ul>
Spezielles
<p>SchülerInnen mit gesundheitlichen Problemen (Verletzung, Allergie, Medikamente, etc.) sprechen sich frühzeitig mit der Lagerleitung ab.</p>
Nicht-Einhaltung der Regeln
<p>Siehe 9.4 Sanktionen bei Fehlverhalten (Seite 7)</p>

## 6 Programm

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
07:00	Anreise	Wecken	Wecken	Wecken	Wecken & Packen
07:30	Car 7:10 Parkhotel L'thal	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
08:45	Zug: 06:48 L'thal ab Ankunft Kuspo 9:30:	Besammlung beim Leiter vor dem Haus	Besammlung beim Leiter vor dem Haus	Besammlung beim Leiter vor dem Haus	Besammlung beim Leiter vor dem Haus
09:00-12:00	Materialdepot, Besammlung beim Leiter Schneesport: 10-12 Uhr	Schneesport	Schneesport	Schneesport	Schneesport / Putzen
12:00-13:00	Lunch im Skigebiet	Lunch im Skigebiet	Lunch im Skigebiet	Lunch im Skigebiet	Lunch im Skigebiet
13:00-16:00	Schneesport	Schneesport (evtl. freies Fahren in 3er-Gruppen)	Schneesport	Schneesport (evtl. freies Fahren in 3er-Gruppen)	Schneesport (13-15 Uhr) Schlitteln oder Ski/SB für Putzequipe
16:00-18:00	Zimmerbezug, Freizeit	Freizeit	Freizeit	Freizeit	<b>Rückreise:</b>
18:30	Nachtessen & Informationen	Nachtessen & Info	Nachtessen & Info	Abschluss-Abend (Infos folgen)	Zug: 15:31 Kuspo ab, 18:10 L'thal an
20:30	freiwilliges Abendprogramm	freiwilliges Abendprogramm	freiwilliges Abendprogramm	freiwilliges Abendprogramm	Car: 16 Uhr Kuspo ab, ca. 18 Uhr L'thal an
22:00	Nachtruhe gemäss Regeln, S. 4				

## 7 Leiterliste

Das Sportlehrerteam wird in den verschiedenen Sportarten von J+S-Leiterinnen und J+S-Leitern ergänzt.



## 8 Packliste

### Schneesport

- Geprüfte Ski- oder Snowboardausrüstung inkl. Ski-/Snowboardschuhe (Skistöcke)
- Helm (obligatorisch), evtl. Rückenprotector
- Skibrille
- Sonnenbrille
- Handschuhe (für Anfänger 2 Paar Handschuhe empfohlen, wegen Nässe)
- Warme Schneesportkleider
- Skisocken
- Für Anfänger Snowboard: evtl. Knieschoner

### Allgemeine Kleider

- Freizeitkleider
- Unterwäsche, Socken
- Hausschuhe
- Mütze & Handschuhe
- Sportkleider & Sportschuhe

### Hygiene

- Toilettenartikel
- Frottiertuch
- Evtl. Föhn
- Persönliche Medikamente
- Sonnencreme
- Lippenchutz

### Sonstiges

- **Thermosflasche/Feldflasche** für warmen Tee
- Taschenlampe
- Spiele
- Lunch/Picknick für Montagmittag
- Krankenkassenkarte
- Schülerausweis
- Badehosen
- (GA)
- Kleiner Rucksack/Kitchener-Bag für Lunch am Mittag

**Es braucht keinen Schlafsack!**



**Das Gepäck bitte kompakt packen (nur ein Gepäckstück pro Person) und der Tagesrucksack mit Lunch etc.**

**Die Straub Sport AG Langenthal bietet uns einen Spezialrabatt auf Mietmaterial für diese Woche an! Bitte Material selbstständig organisieren.**

---

## 9 Diverses

### 9.1 Kosten

Das Lager wird über das Klassenkonto abgerechnet. Die Klassenlehrpersonen sind verpflichtet, einen budgetierten Betrag vorgängig auf das Lagerkonto einzubezahlen. Die definitive Abrechnung erfolgt wieder über die Klassenlehrpersonen.

**Budget: zwischen ca. CHF 322.- und 428.-**

- Unterkunft & Verpflegung (Vollpension): CHF 200.-
- Skiabo:
  - unter 16: ca. CHF 122.-
  - über 16: ca. CHF 188.-
- Reise: Car: CHF 40.-, GA: gratis

### 9.2 Krankheit & Verletzung

Für gesundheitliche Probleme steht das Sportlehrer-Team zur Verfügung.

Wer sich kurzfristig krankheitshalber vom Lager abmelden muss, meldet sich bitte bei Martin Kohler und legt ein Arztzeugnis vor. Es können nur (Teil-) Rückerstattungen des Lagerbeitrages gemacht werden, falls ein gültiges Arztzeugnis in der Woche vor dem Lager vorliegt. Bitte teilen Sie gesundheitliche Probleme (Schmerzen, Allergien etc.) vorgängig der Lagerleitung mit.

### 9.3 Versicherung

Die Teilnehmenden des Schneesportlagers an der Lenk müssen privat gegen Krankheit und Unfall versichert sein. Die Schülerinnen und Schüler sind für Ihr Gepäck sowie dessen Inhalt selber verantwortlich. Wir führen kein Fundbüro.

Wir sind haftbar für Schäden an Räumlichkeiten und Material des Kuspo, Mietmaterialien, Schäden an Personen auf der Piste sowie in der Freizeit. Wenn Kosten nicht der schuldigen Person zugewiesen werden können, wird das Lager für jede einzelne Person teurer.

### 9.4 Sanktionen bei Fehlverhalten

Die Beurteilung des Fehlverhaltens und das Verhängen angemessener Sanktionen liegen in der Kompetenz der Lehrpersonen.

**Mögliche Sanktionen sind:**

- Zusatzarbeiten jeglicher Art vor Ort oder später in der Schule
- Ausgangssperre mit Kontrolle durch Lehrpersonen
- Wegweisung (z.B. Erwerb und Konsum von Alkohol und Drogen), wobei die Verantwortung und die Kosten (zusätzliche Reisekosten und Vollkosten) vom fehlbaren Schüler oder seinen gesetzlichen Vertretern zu übernehmen sind. Die gesetzlichen Vertreter und die Schulleitung werden informiert und der Schüler wird in der verbleibenden Zeit ein Ersatzprogramm unter Aufsicht des Rektorats absolvieren.
- Disziplinar massnahmen durch die Schulleitung