



Schweizerische Caritasaktion der Blinden
Action Caritas Suisse des Aveugles

Programm Showdown Schnupperkurs

Samstag, 2. September 2023

8:15 – 8:45 Uhr: Auf Wunsch Abholdienst am Bahnhof Zürich-Oerlikon

9:00 Uhr: Ankunft und Check-In im Hotel

10:00 Uhr: Offizielle Begrüssung zum CAB Showdown Schnupperkurs mit Rundgang in die Spielräume und wichtigen Orte im Hotel (bitte bereits in Sportkleidung)

10:30 Uhr: Warm-up und Einführung in den Showdown-Sport mit abwechslungsreichen Übungen

12:30 Uhr: Gemeinsames Mittagessen

14:00 Uhr: Übungen für die Verteidigung und den Angriff

18:30 Uhr: Feedbackrunde

19.00 Uhr: Gemeinsames Nachtessen

Sonntag, 3. September 2023

08:00 Uhr: Gemeinsames Frühstück

09:30 Uhr: Warm-up – Turnierbeginn nach separatem Spielplan

12:30 Uhr: Gemeinsames Mittagessen

14:00 Uhr: Schlussphase des Turnierbetriebs

16:30 Uhr: Siegerehrung, Feedbackrunde mit anschliessender Verabschiedung

ca. 17:00 Uhr: Check-Out und individuelle Heimreise

Änderungen vorbehalten

Schweizerische Caritasaktion der Blinden (CAB)

Schrennengasse 26 | CH-8003 Zürich | Tel. 044 466 50 60 | info@cab-org.ch | www.cab-org.ch

IBAN: CH05 0900 0000 8000 6507 7 | BIC: POFICHBEXXX