

An alle Teilnehmer des  
SPHAIR-FSCH Kurs 1  
in 8589 Sitterdorf

## HINWEISE FÜR DEN SPHAIR-FALLSCHIRMKURS 1

Geschätzter SPHAIR-Kandidat

Sie werden bei uns Ihren SPHAIR-FSCH Kurs 1 absolvieren.

Zu dem von Ihnen gewählten Kurs, erwarten wir Sie am Samstag, 07. Juli 2018, um 10.15 Uhr am Bahnhof Amriswil.

Folgende Ausrüstung müssen Sie **vollständig** für den Kurs dabei haben:

- SPHAIR-Bekleidung** - Nehmen Sie sämtliche Bekleidungsstücke mit, die Sie von SPHAIR erhalten haben. Diese werden Ihnen vor Kursbeginn per Post zugestellt.
- Sprungmaterial**
- Nehmen Sie die Sprungbrille mit, die Sie von SPHAIR erhalten haben. Diese wird Ihnen vor Kursbeginn per Post zugestellt.
  - Hartschalenhelm, bei dem die Kinnriemen aussen befestigt sind; z.B. Eishockeyhelm, Skihelm, etc. (*Kann in nahezu jedem Sportgeschäft gekauft werden*) **Wichtig:** kein Integralhelm!
  - [Theoriebuch „Fallschirmspringen“](#) und [Sprungbuch](#) (*Können via [www.swisskydive.org](http://www.swisskydive.org) → Shop werden*)
  - Zum Springen sind hohe Turnschuhe am besten geeignet. **Wichtig:** Nur Ösen, keine Haken!
- Sonstiges Material** - Sportutensilien und mind. 2 Paar Turnschuhe (1 Paar davon sicher Joggingsschuhe), Badezeug, Toilettenartikel (inkl. Sonnencreme!), Ersatzwäsche (der Kurs dauert 2 Wochen!), Kopfbedeckung, Rucksack für das Theorie-/Sportmaterial, Regenschutz, Schlafsack, Fahrrad mit Licht (für Verschiebungen Flugplatz/Unterkunft, Sport, etc.), Ersatzschlauch, Velopumpe und Velohelm, Notizmaterial (inkl. 2 Schulhefte im A4-Format mit min. 50 beschreibbaren Seiten), Leimstift, Schere, 4 aktuelle Fotos im Passfoto-Format.
- Wochenende** - Über das Wochenende (zwischen der Woche 1 und 2) werden wir arbeiten, d.h. es ist nicht möglich, über das Wochenende nach Hause zu gehen.
- Besuchstag** - Am Mittwoch der 2. Woche sind Ihre Angehörigen zu einem Besuch unseres Kurses eingeladen (von 11.00 Uhr bis ca. 16.00 Uhr). Mehr Informationen dazu erhalten Sie während des Kurses.

- Vorbereitung**
- Beschäftigen Sie sich intensiv mit dem Theoriebuch und treiben Sie proaktiv Sport (laufen, schwimmen, Liegestützen machen, etc.). Der Besuch dieser 2 Kurswochen stellt hohe psychische und physische Anforderungen an Sie.
- Schulleiter**
- ROHNER Christoph  
([schulleiter@fallschirmschule.ch](mailto:schulleiter@fallschirmschule.ch) / 079 174 17 17)

Falls Sie noch Fragen zum SPHAIR-FSCH Kurs 1 haben, können Sie sich mit unserem Schulleiter oder ggf. mit Admin SPHAIR in Verbindung setzen.

Wir freuen uns auf den bevorstehenden Kurs.

Freundliche Grüsse

Christoph Rohner  
Fallschirmgruppe Sittertal  
Schulleiter