



Date: 29 Juin 2024

Lieu:

Sporthalle Schwarz, Hilaria-Allee 2, 8630 Rüti ZH

[Google Map](#)

Distance depuis la gare de Rüti: 13 minutes à pied (selon Google Map)

Heure:

Il faut être sur le lieu de la compétition à 9:00am pour la vérification des passeports sportifs. La compétition commence à 10:00.

On a de la chance, nos élèves seront le matin, vraisemblablement au tout le début de la compétition. Donc vers 13:00 tout le monde devrait être passé. Cependant, un tournoi sportif peut être plus long que prévu.

Train:

Il y a un train en partance de Bern Bahnhof à 7:02am.

Von
Bern, Bahnhof

Nach
Rüti ZH, Sporthalle Schwarz, Schwarz

< Sa, 29.06.2024 >
09:00
Ab An
Einstellungen

Frühere Verbindungen

IE 1 Richtung St. Gallen % ab CHF 20.40

🕒 06:31 — 08:08 🕒 12'

Gl. 8 1. 🚶 2. 🚶 1 h 55 min

IE 1 Richtung St. Gallen % ab CHF 21.80

🕒 06:31 — 08:17 🕒 5'

Gl. 8 1. 🚶 2. 🚶 1 h 57 min

Bern → Rüti ZH

Sa. 29.06.2024, 1 h 54 min

🕒 07:02 — 08:38 🕒 12'

Billette ab CHF 32.00

6' 🚶 Fussweg 115 m Karte anzeigen >

07:02 Bern Gleis 2

IE 8 Richtung Romanshorn 1. 🚶 2. 🚶

🚶 🚶 🚶 FS 🚶 🚶 R

07:58 Zürich HB Gleis 33

🚶 Umsteigen Karte anzeigen >

08:09 Zürich HB Gleis 43/44

S15 Richtung Rapperswil SG 1. 🚶 2. 🚶

08:38 Rüti ZH Gleis 3

12' 🚶 Fussweg 797 m Karte anzeigen >

Rüti ZH, Sporthalle Schwarz, Schwarz

Spätere Verbindungen

IE 8 Richtung Romanshorn ab CHF 32.00

🕒 07:02 — 08:38 🕒 12'

Gl. 2 1. 🚶 2. 🚶 🚶 1 h 54 min

IE 8 Richtung Romanshorn ab CHF 33.50

🕒 07:02 — 08:47 🕒 5'

Gl. 2 1. 🚶 2. 🚶 🚶 1 h 56 min

Le jour de la compétition:

- Être reposé(e)
- Dobok propre avec la ceinture. Pas besoin d'arriver avec le Dobok déjà mis. On pourra se changer dans les vestiaires.
- Passeport Sportif
- Une grande bouteille d'eau
- Prendre un bon petit déjeuner
- Des choses légères à manger (bananes, fruits secs). L'attente de son tour donne vraiment très faim.
- Prévoir un sandwich pour le repas. On devrait pouvoir acheter des hotdogs sur place, mais cela n'a pas été confirmé.
- Il faut signer le document "CONSENT FOR CHILDREN AND TEENAGERS" pour chaque enfant.

Prix:

- La participation de chaque enfants coute 35CHF. Les montants sont à régler au plus tard le 20 juin 2024. Vous pouvez m'envoyer l'argent par twint: **076 683 23 78** ou par virement bancaire:

Numéro de compte: 15-833744-2

IBAN: CH04 0900 0000 1583 3744 2

BIC: POFICHBEXXX

Nom: Bergel Alexandre Henri

Numéro de téléphone:

En cas d'urgence, je rappelle mon numéro de téléphone: 076 683 23 78

Présentations des enfants:

- Le Swiss Open 2024 est la compétition nationale de Taekwon-do ITF en Suisse. Les meilleurs compétiteurs suisses (et peut être étrangers) s'affronteront pour avoir le titre de champion national.
- Et cela inclue nos enfants! Naturellement, "s'affronteront" seulement les enfants du même niveau. Peut être les filles et garçons seront séparés. On le saura le jour de la compétition.
- Chaque enfant devra faire le Saju-Jirugi au complet (les 14 mouvements). Voici la video: <https://youtu.be/weiDnCTefIM>
- Nos enfants ne participeront à aucun combat. Je pense qu'ils sont encore trop jeunes, et je ne les ai pas préparés à cela.

Objectif de ce tournoi:

L'objectif du tournoi Swiss Open 2024 est avant-tout de passer un excellent moment. La présentation des enfants est l'accomplissement de plusieurs mois (années, ou décennies pour certain) d'un travail régulier. Naturellement, le tournoi est une source de stress pour les enfants et les parents. Ce stress va augmenter au fur et à mesure qu'on s'approche du tournoi. Je recommande donc de ne pas en parler trop souvent du tournoi.

Cependant, une fois la participation finie, les enfants et les familles seront vraiment pleins de joie et de bonheur. L'euphorie post-tournoi est un moment unique et absolument incroyable à vivre. Cela permet aussi de renforcer la motivation des enfants. Un tournoi de Taekwon-do ITF est une expérience personnelle et familiale qui reflète les différentes expériences personnelles et émotionnelles qu'on traverse dans une vie.

Ce document est le résumé de mon interprétation et expérience personnelle. L'invitation officielle du Swiss Open 2024 est disponible online: <https://cdn.sportdata.org/1e5b5706-4aab-4363-9c21-431b5cbf197c/>

Il n'est pas nécessaire de lire l'invitation officielle.