



1862 - 2012  
**150** Jahre  
Sport in Bruneck

## „SwimCamp 2022 & Actionday – SSV Bruneck Schwimmen“

mit Bewegung im Wasser und an Land, gesunder Ernährung mit Alltagsgebrauch der deutschen und italienischen Sprache

## „SwimCamp 2022 & Actionday – SSV Brunico Nuoto“

con attività motoria in acqua e a terra, merenda e pranzo genuini e uso del linguaggio colloquiale tedesco e italiano

Was gehört in die Schwimm Tasche?	Cosa mettere nello zaino?
<p><b>Schwimmen im Freibad:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● 2 Badeanzüge/-hosen</li><li>● 1 großes Badehandtuch</li> <li>● Schwimmbrille!!</li><li>● Badehaube</li><li>● Schwimmbadsandalen</li></ul> <p><b>Für jedes Wetter gerüstet:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Sonnenhut</li><li>● Sonnencreme</li><li>● Regenschutz</li><li>● evtl. T-Shirt, das vor Sonnenbrand schützt</li><li>● ABO + für den Citybus</li></ul> <p><b>Verpflegung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● Trinkflasche mit Wasser</li><li>● für reichlich Verpflegung ist gesorgt</li></ul> <p><b>Nicht vergessen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● die Ausrüstung kennzeichnen!</li></ul>	<p><b>Piscina scoperta:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● 2 costumi da bagno</li><li>● 1 asciugamano grande</li><li>● occhialini!!</li><li>● cuffia</li><li>● ciabatte da piscina</li></ul> <p><b>Per ogni condizione di tempo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● cappellino</li><li>● crema solare</li><li>● giacca antipioggia</li><li>● ev. maglietta per coprirsi dai raggi solari</li><li>● ABO + per il Citybus</li></ul> <p><b>merenda/pranzo:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● borraccia con acqua</li><li>● a tutto il resto ci pensa l'organizzazione</li></ul> <p><b>Non dimenticare:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>● tutto l'equipaggiamento deve essere contrassegnato!</li></ul>