



Bulletin No 3 – janvier 2015

Chères/Chers Collègues-arbitres,

Nous vous réitérons nos bons vœux pour l'année à venir et espérons que cette période de fêtes a été pour vous l'occasion de recharger les batteries.

Comme vous le savez, le championnat recommence dans moins de deux mois déjà. Or une bonne condition physique est indispensable pour réussir les matchs qui vous seront attribués.

Nous vous encourageons dès lors à suivre un programme d'entraînement. Comme il n'est pas toujours facile de se motiver durant les soirées d'hiver, nous vous proposons de contacter **Stefan Solliard**, membre de la CA, qui organise tous les lundis à 19h00 des entraînements au stade St-Leonard à Fribourg. Si vous êtes intéressé à participer à ces entraînements, vous pouvez vous inscrire par SMS (uniquement) au num. **079 815 69 59**.

Les dates des tests physiques sont déjà fixées :

Samedi 14 mars 2015 lieu à définir 09h00;

Lundi 23 mars 2015 Lieu à définir 19h30

Mercredi 1^{er} avril 2015 Lieu à définir 19h30.

Sont tenus de participer aux tests : arbitres de 3^{ème} ligue et plus haut, candidats de ces ligen, les arbitres-assistants, arbitres du service espoir. Nous recommandons aux arbitres des autres catégories de participer également à ces tests.

L'arbitre étant un sportif individuel, nous comptons sur vous pour que chacun se prépare en conséquence !

Le comité du GFA / FSV Komitee

Geschätzte Schiedsrichtkollegen/innen

Wir wünschen Ihnen alles Gute für das kommende Jahr.

Wie Sie sicherlich schon wissen, beginnt die Meisterschaft in weniger als zwei Monaten. Eine gute Kondition ist unerlässlich für eine erfolgreiche Rückrunde.

Da es nicht immer einfach ist, sich an kalten Winterabenden zum Joggen zu motivieren, möchten wir Sie auf das Trainingsprogramm von **Stefan Solliard** (Mitglied des SK-Vorstands) aufmerksam machen. Treffpunkt ist jeweils Montagabend, um 19:00 Uhr im Stadion St-Leonard in Freiburg, zum Konditionstraining.

Wenn Sie Interesse haben daran teilzunehmen, melden Sie sich per SMS unter der Telefonnummer von Stefan: **079 815 69 59**.

Die Daten für die Fitnesstests stehen fest:

Samstag, 14. März 2015 Ort/unbekannt, 9h00

Montag, 23. März 2015 Ort/unbekannt, 19h30

Mittwoch, 1. April 2015 Ort/unbekannt, 19h30

Sind verpflichtet an diesen teilzunehmen:

3. Liga Schiedsrichter und höher, Kandidaten aus diesen Ligen, sowie Schiedsrichterassistenten und Schiedsrichter aus der Gruppe „Talente“.

Wir empfehlen generell allen Schiedsrichter die Teilnahme an den Tests.

Schiedsrichter ist kein Gruppensport. Wir zählen darauf, dass jeder seine Verantwortung in Bezug auf seine ganz persönliche Vorbereitung individuell wahrnimmt. Eine gute Vorbereitung ist die halbe Miete!