

Allgemeine Informationen

Anamnesebogen:

- Bitte denkt daran, uns euren Anamnesebogen – sofern er uns noch nicht vorliegt – ausgefüllt zum 1. Trainingstermin mitzubringen oder vorher an mail@jodis-trainingscamp.de zu mailen
- Sollten sich bei eurer Anamnese Änderungen ergeben, informiert bitte euren Trainer!

Anwesenheit:

- Bitte **seit 10 Minuten vor Kursbeginn in der Alten Waggonfabrik oder am OUTDOOR Treffpunkt**, damit wir pünktlich beginnen können.

Kontakte:

- JODIS Trainingscamp Zentrale: Tel 06131-2163934/mail@jodis-trainingscamp.de
- Jochen DIREKT: 0178-6474991 / jochen@jodis-trainingscamp.de

Locationwechsel (nur im Sommer):

Sollte das Wetter mal nicht mitspielen, werdet ihr über das News Fenster in der JODIS App über einen Wechsel der Location von OUTDOOR zu INDOOR **rechtzeitig bis spätestens 90 Minuten vor Kursbeginn informiert**.

Solltet ihr kein Smartphone haben, teilt uns dies bitte vorab mit, dann werdet ihr über einen SMS Verteiler benachrichtigt.

Mitgliedschaftsmodelle:

- **Zehnerkarten:** Laufzeit 3 Monate / Laufzeit 6 Monate
- **Mitgliedschaften:** 5 oder 8 Besuche im Monat bzw. Flat (1 oder 6 Monat/e Laufzeit)

Stornierungen:

- **Group Training** - (reguläre Kurse)
Freigabe der Termine bis 120 Minuten vor Trainingsbeginn möglich
- **Mindestteilnehmerzahl** – im Group Training gibt es eine Mindestteilnehmerzahl von 3 Personen. Sollte diese nicht bis 120 Minuten vor Trainingsbeginn erreicht werden, wird der Kurs abgesagt (Ausnahme Early Bird um 06:15Uhr / Absage am Vorabend).
- **Workshops** – (Trainingslager, PRE-Kurs, Specials) bis 7 Tage vorher kostenlos möglich
- **Personaltrainingseinheiten** – bis 1 Tag vorher kostenfrei möglich. Bis 2 Stunden vorher fallen 50% an, bei kurzfristigeren Absagen oder Nichterscheinen fallen 100% an.

Toiletten/Duschen/Umkleiden:

- INDOOR&OUTDOOR @Alte Waggonfabrik – hier sind Duschen/Umkleiden und Toiletten vorhanden
- OUTDOOR@Zitadelle – uns stehen die Toiletten der Zitadelle zur Verfügung

Wichtiges:

- OUTDOOR - Ihr benötigt dem Wetter entsprechende Sportkleidung, Sonnen/Mückenschutz und etwas zu trinken (mind. 0,5l).
- INDOOR – Bitte bringt saubere Sportschuhe mit.

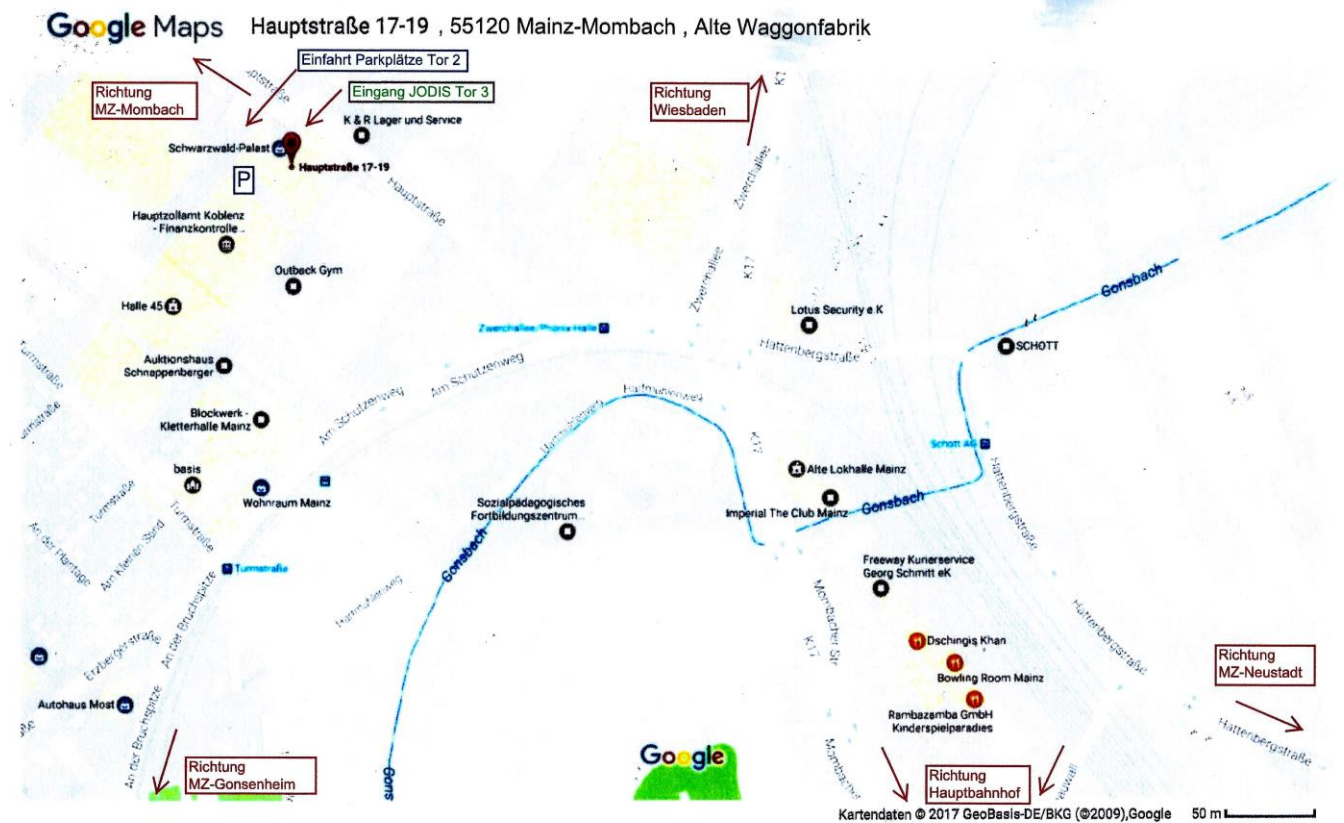
Location:

- Alte Waggonfabrik,
- Hauptstr. 17+19
- 55120 Mainz-Mombach
- Tor 3, Gebäude 6303
- (Haltestelle Halle 45/Zwerchallee)
- **Zugang zu JODIS Trainingscamp nur über einen separaten kleinen Innenhof (Tor 3) möglich und nicht über das Gelände der Halle 45. Dieser befindet sich direkt an der Hauptstraße Richtung Mainz-Mombach!**

Anfahrt mit dem Auto:

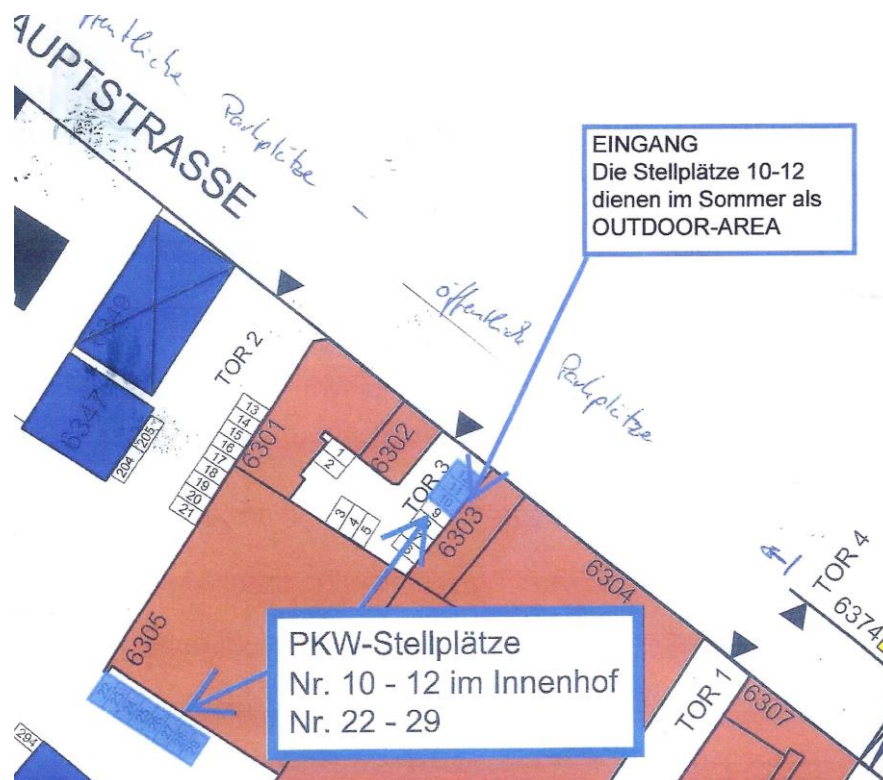
Aus den Mainzer Stadtteilen oder über die umliegenden Autobahnen, z.B. **A643/A60 Abfahrt Mainz-Mombach/Mainz-Gonsenheim**

JODIS-Trainingscamp



Parken:

- Kostenfreie ausgewiesene JODIS Parkplätze gibt es auf dem Gelände der Alten Waggonfabrik/Halle 45
(Einfahrt Tor 2, 1. Straße links vor dem Gebäude 6305)
- Direkt vor dem JODIS Eingang befinden sich 3 Parkplätze, welche im Sommer jedoch als OUTDOOR-AREA dienen.
- Direkt an der Hauptstraße sind genügend öffentliche Parkplätze vorhanden

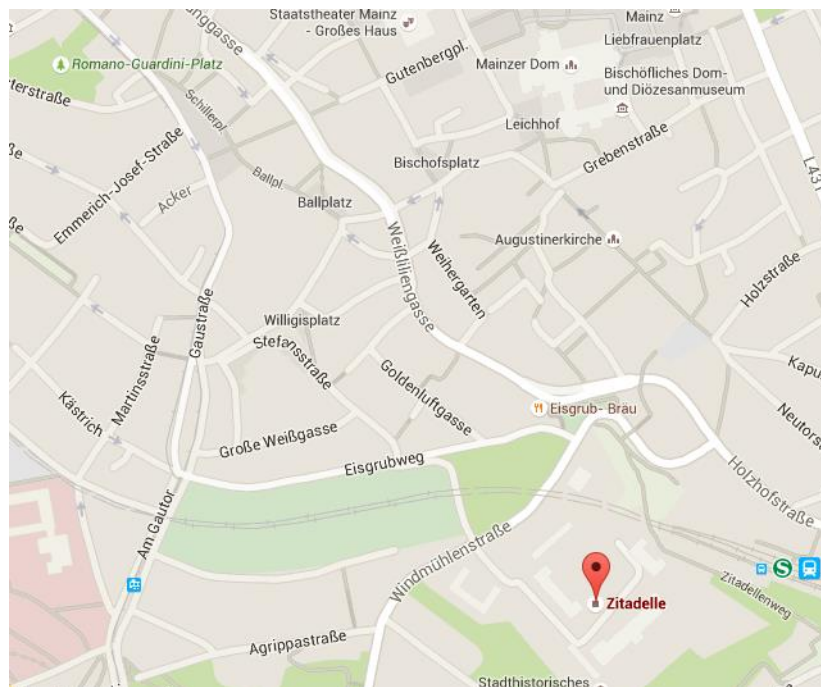


Anreise mit Öffentlichen Verkehrsmitteln:

- Haltestelle **Halle 45** für die Busse **60/61/78/92**
(hier seid ihr direkt am **JODIS, Tor 3**)
- Haltestelle **Zwerchallee/Halle 45** für die Straßenbahnen **50/51** und die Busse **60/61/62/63/78/92/620**
(haltet euch Richtung Mombach, biegt direkt in die Hauptstraße ein und haltet euch auf der linken Straßenseite - am Gelände der Alten Waggonfabrik entlang - Richtung Ortsmitte Mainz-Mombach bis zum Tor 3 /Geb. 6303. Das dauert maximal 3-5 Minuten)

Zitadelle:

Die **JODIS OUTDOOR Kurse** finden tlw. auf **der ZITADELLE** in der Mainzer Innenstadt statt. Treffpunkt ist auf der großen Wiese vor dem Haupthaus der Zitadelle. Bei schlechtem Wetter werden wir auf das **JODIS in der ALTEN WAGGONFABRIK** ausweichen.



- Parkplätze sind auf der Zitadelle ausreichend (werktags ab 17Uhr, samstags ab 16Uhr und sonntags und an Feiertagen ganztags kostenlos) vorhanden. Achtung: die Zufahrt mit dem Auto ist nur noch über "Eisgrubweg" bzw. "Am 87er Denkmal" möglich.
- Zu Fuß könnt ihr vom Höfchen aus über Leichhof und Augustinerstraße zum Hopfengarten laufen. Dort überquert ihr die Holzhofstraße mit Hilfe der Brücke. Durch die Windmühlensiedlung hindurch und die nächste Brücke überqueren - dann seid ihr da.
- Per Bus könnt ihr mit der Linie 64 (Richtung Laubenheim) und der Linie 65 (Richtung Weisenau) z.B. vom Hauptbahnhof aus die Haltestelle "Zitadellenweg/Südbahnhof" erreichen. Wenn ihr die Linie 70 (Richtung Lerchenberg) vom Höfchen nehmt, müsst ihr an der Haltestelle "Eisgrubweg" aussteigen.