

FAM-Jam 2014

International Parkour / Freerunning Jam



- Eventführer -

FAM-Jam 2014

FAM ist ein gemeinnütziger Verein, gegründet von belebt von leidenschaftlichen Bewegungskünstlern. Ein philosophischer Aspekt von Parkour, Freerunning, Tricking, X-Diving, usw.. ist die Freiheit und Individualität in den Bewegungen. Unserer Meinung nach können diese und andere wertvollen Eigenheiten nicht in einem klassischen Sportwettkampf entfaltet werden, vielmehr sollte an der Eventspitze eine JAM stehen, in der MITEINANDER trainieren sowie gegenseitig inspirieren und helfen großgeschrieben wird. Aus diesem Grund veranstalten wir nun zum 7.ten Mal eine FAM-Jam ganz nach dem Motto: **Von Sportlern – Für Sportler!**

FAM Movement Philosophy – FAM Bewegungsphilosophie

Creativity – Die Freiheit und Herausforderung, Bewegungen individuell zu gestalten ist der gemeinsame Nenner aller FAM Bewegungskünste

Flow – Ob gute Kombos im Tricking oder flüssige Bewegungen im Parkour, der Flow ist ein zentrales Maßstab für die Ästhetik der Bewegung

Control – „Power is nothing without control“ ! Die Körperbeherrschung, Präzision und Sicherheit ist wichtiger Begleiter und anzustrebendes Ziel

Workshops mit internationalem Coachteam

Die Workshops geben Euch die Möglichkeit in Kleingruppen zu trainieren und Einblick in die Trainingsweise des Coaches zu bekommen. Ein gegenseitiges Inspirieren, voneinander Lernen und helfen ist auch außerhalb der Workshops angesagt, so dass die gesamte Jam auch als großer Workshop betrachtet werden kann – jeder hilft jedem! Insbesondere bitten wir Euch, andere auf mögliche Gefahren hinweisen und zu einer sicheren Trainingsweise zu ermahnen, falls jemand seine Fähigkeiten überschätzt.

Freie Workshops

Teile Dein Wissen und Deine Erfahrung mit den Teilnehmern! Du kannst einen Theorie Workshop oder Movement Workshop anbieten. Oder einfach nur ein Thema Vorgeben und eine offene Diskussionsrunde oder kleine Jam organisieren. Alle Workshops werden auf der Veranstaltung auf einer Liste am Orgabereich eingetragen.

FAMJAM Best Shot Contest

Teile deine beste Aufnahme mit FAM! Unter allen Fotos die bis zum 3.8. 17 Uhr am Orgabereich abgegeben werden verlosen wir am 2.8. um 20 Uhr auf der Grillparty tolle Preise in folgenden Kategorien: Nicest Flow, Community/Flare, Funniest Action!

Programm

(Absolute Nachtruhe von 1.00-9.00 !)

Mittwoch

- 17.00 Einlass, davor darf keiner auf das Eventgelände!
24.00 Nachtruhe, keine Anreise mehr möglich!

Donnerstag

- 08.00 Einlass
10.00 Eröffnungsrede
10.30 Gemeinsames Warmup
11.00 Coach-Workshops 1
12.30 Mittagspause
14.30 Coach-Workshops 2
16.00 freies Training + freie Workshops
18.30 Abendessen
21.30 Q&A Runde (Diskussion)
22.30 Schlafplatz finden
23.00 Beamer Session
(Vorstellungsvideos)
24.00 Nachtruhe

Freitag

- 09.00 Frühstück
10.30 Gemeinsames Warmup
11.00 Coach-Workshops 1
12.30 Mittagspause
14.30 Coach-Workshops 2
16.00 GRUPPENFOTO
16.00 freies Training + freie Workshops
18.30 Abendessen
21.00 Journey to the end of the night
01:00 Nachtruhe

Samstag

- 09.00 Frühstück
**10:00 Ausflug Klippenspringen/
Outdoor Parkour (15€)**
10:00 freies Training, freie Workshops
12:30 Mittagspause
14:30 freies Training + freie Workshops
14:30 Ausflug zur Isar
18:30 Rückkehr Klippenspringen
18:30 Abendessen
19:00 FAMJAM Grillparty (10€) Andere Location, wir fahren gemeinsam mit der Ubahn hin
01:00 Nachtruhe

Sonntag

- 09.00 Frühstück
11.00 freies Training + freie Workshops
12:30 Mittagspause
14:30 freies Training + freie Workshops
16:00 Abschlussrede
18:30 Abendessen
00:00 Nachtruhe

Montag

- 08:00 Abfahrt zur Therme-Erding
Treffpunkt Giesinger Halle (35€)**
08:00 Treffpunkt Halle, gemeinsam Frühstück, dann Outdoor Training

Ab 8.30 Uhr darf keiner mehr in der Halle sein, auch KEINE Lagerung von Gepäck möglich!

FAM-Jam Regeln

Bitte beachtet auch die Teilnahmebedingungen – Verstöße werden geahndet!

Sauberkeit und Ordnung!

- Kein Essen / Trinken im Trainingsbereich, kein Essen in der Halle
- jeglicher Müll sofort in die Mülltüten
- entdeckte Verschmutzungen an das Orgateam melden
- Beschädigung von Halle oder Material sofort beim Orgateam melden
- Keine großen Geräte in der Halle (Mini-Kühlschrank, Generatoren, etc.) sowie Campingkocher/Gaskocher auf dem Event Gelände
- Steckdosen nur für Kleinelektrogeräte (Hand, Kamera etc.)
- Keine Schließfächer für Wertsachen vorhanden
- saubere Schuhe tragen, speziell nach dem Outdoor Training
- Chalk (Magnesia) nicht verstreuen, (nur in Tüten oder Bags)
- Toiletten sauber halten
- Schlafen in den Geräteraum und Umkleiden erlaubt
- Schlafbereiche ordentlich halten, Matten nicht außerhalb der Turnhalle benutzen



Umbauten an den Geräten ist nur in Absprache mit der Aufsicht möglich

- Trainiere sicher, melde wenn du jemanden siehst, der seine Fähigkeiten überschätzt
- Beachte die Gefahrenhinweise an den Geräten!
- kein offenes Feuer
- Aufenthalt nur in der Turnhalle und auf der Tartanfläche draußen gestattet (NICHT in Geräteraum, Umkleiden oder auf dem Dach!)
- Alkohol und Drogen sind auf dem Eventgelände strikt verboten!
- Kein Verlassen oder Betreten des Geländes zwischen 0:00 und 9:00 Uhr!
- Keine Night-Missions (Halle kann in der Nacht nur von Innen geöffnet werden!)
- Bevor etwas kaputt geht, erst die mögliche Belastung erfragen oder Schaden zahlen
- Privateigentum nicht betreten, nichts kaputt machen!



Das FAM-Team wünscht eine lehrreiche und verletzungsfreie FAM-Jam 2014!