



# Trainingslager im Sportcamp Inzell

vom 07.09. bis 08.09.19



**Anreise: Samstag, Abfahrt: 06.00 Uhr**

**Vorläufiges Programm:**

**Samstag Vormittag:**

**09.00 Uhr bis 11.00 Uhr Training: Grundschnitte**

**11.00 Uhr bis 12.00 Uhr Training: Koordination**

**12.00 Uhr Mittagessen**

**Samstag Nachmittag:**

**14.00 Uhr bis 16.00 Uhr Trendsportart „Bouldern“, oder „Klettern“**

**16.00 Uhr Kaffee und Kuchen**

**17.45 Uhr Abendessen**

**18.30 Uhr bis 20.30 Uhr Training: Fair Play**

**Anschließend „Analyse“**

**Sonntag:**

**07.45 Uhr Frühstück**

**08.30 Uhr bis 10.30 Uhr Training: Beweglichkeitstraining**

**10.45 Uhr bis 11.45 Uhr Training: Akrobatik**

**11.45 Uhr Mittagessen**

**13.00 Uhr bis 14.00 Uhr Training: Slackline**

**15.00 Uhr bis 16.00 Uhr Training: Naturwanderung**

**17.45 Uhr Abendessen**

**18.45 Uhr Heimfahrt**

**Dieses Programm gilt für alle Jugendlichen. Die Erwachsenen können die ganzen Trainingseinheiten mit Tischtennistraining füllen. Schließlich wollen wir wieder eine gute Saison spielen.**

### **Übernachtung in Blockhütten:**

Handtücher und Bettwäsche sind im Blockhaus mitzubringen (keine Schlafsäcke)! Bettwäsche kann gegen die Gebühr von 5,00 € entliehen werden.

**Kosten für Jugendliche : 50,00 € inkl. Vollpension, plus etwas Taschengeld**

**Kosten für Erwachsene : 75,00 € inkl. Vollpension**

**Übernachtung in Gästehäuser - Vollpension pro Person**

	MBZ	DZ	EZ
	96,00 €	100,00 €	110,00 €



Anmeldung verbindlich bei Stefan Liepert bis zum 28.05.2019 im Training oder per Mail.

Überweisung des Geldbetrages bis zum 30.06.19 unter:

VFL Günzburg, Abt. Tischtennis

IBAN: DE41 7205 1840 0240 2613 21