



1. Trainingslager 2017

„Thema Doppel“

Liebe Badmintonfreunde,

ich biete ein 2-tägiges Trainingslager an und lade alle herzlich dazu ein.

Termin: 15.07. – 16.07.2017

Ort: Berlin: Sporthalle Bosestr. 21, 12103 Berlin

Kosten: 123 € pro Person
Darin enthalten sind Bälle, Trainerkosten und die Nutzung der Sporthalle.

Zusatzbuchung: Nach Vereinbarung wird auch eine Massage angeboten

Schwerpunkte dieses Trainingslagers sind:

Doppel-Taktik (z.B. Angriff, Abwehr, Aufschlag)

Doppel-Lauftechniken, Schlagtechniken (z.B. RH-Abwehr, Drive, Smash)

Videoanalyse (z.B. Kurzvideos für sofortige Analyse & Verbesserungen)

Das Trainingslager wird geleitet von Andreas Bernwald (Trainer des DBV).

Der Trainingsablauf wird sich folgender Maßen gestalten:

1. Trainingseinheit: 09:00 – 13:30 Uhr
Mittagspause: 13:30 – 15:00 Uhr
2. Trainingseinheit: 15:00 – 20:00 Uhr (Sa. & So.)

Teilnehmerfeld: 12 Personen – Zusage erfolgt nach der Anmeldereihenfolge.

Bei offenen Fragen meldet Euch unter den unten angegebenen Kontaktdaten.
Die Anmeldung erfolgt nur schriftlich oder per e-Mail.