

Offenes Trainingslager zur Saisonvorbereitung von Bremen 1860 - Fechten

- Einladung -

- Was?** Saisonvorbereitendes Trainingslager für leistungsorientierte FlorettfechterInnen
- Inhalte: Konditionelle und technisch-taktische Wettkampfvorbereitung. In verschiedenen Einheiten gehen wir ausgleichend Schwimmen, lernen andere Sportarten kennen und machen theoretische Seminare zu Themen rund um den Sport.
- Wer?** Wettkämpfer der Waffe Florett ab Jg. 2007. Turnierreifepfung und Teilnahme an Turnieren wird vorausgesetzt.
Für jüngere FechterInnen wird parallel ein extra Angebot geschaffen.
- Wann?** Beginn: 30.07.18, 9:00 Uhr
Ende: 07.08.2018, 16:00 Uhr
Die Lehrgangstage werden wie in den vergangenen Jahren täglich in einem Block vormittags und einem Block am Nachmittag/Abend durchgeführt. Dazwischen machen wir größere Pausen von ein paar Stunden zur freien Verfügung.
- Wo?** Sporthalle in der Carl-Schurz-Straße 25, 28209 Bremen
- Material** Ihr benötigt Sportzeug, Schwimmbekleidung, vollständige Wettkampfausrüstung (mindestens zwei funktionierende Waffen und Kabel!) und Lauf- und Sportzeug für draußen (über das Wetter wird vor Ort entschieden!). Es wird mit großen Waffen gefochten (auch ab Jahrgang 2007).
- Verpflegung & Unterbringung** Obst wird während des gesamten Lehrgangs zu Verfügung gestellt. Verpflegung morgens/mittags/abends erfolgt eigenständig oder in den aufnehmenden Gastfamilien.
Für auswärtige Teilnehmer bemühen wir uns gerne um die Unterbringung in Familien teilnehmender heimischer Fechter. Bei Interesse wird um Anmeldung bis zum 22.06.18 gebeten.
- Trainer** Sebastian Theiß
(B.Sc. Sportwissenschaften,
B-Trainer Leistungssport Florett)
- Kosten** 160,- € für den gesamten Lehrgang (alle Kosten inklusive).
20,- € für einzelne Tage (Schwimmbadbesuche u.ä. werden extra berechnet).
- Anmeldung** Bitte bis zum 24.07.2018 über das Ophardt-Meldesystem:
LINK FOLGT
Oder per Mail an Sebastian Theiß
(s.theiss@bremen1860.de).

