



# Opstarts Camp 2022

Lørdag d. 10/9 og søndag d. 11/9 i Allerød

Velkommen tilbage i træningslokalerne! Vi skyder den nye sæson i gang med en boot camp for alle drenge og piger mellem 8 og 14 år. Vi har fokus på motorik og teknisk træning gennem øvelse og leg. Der vil også være forskellige former for konkurrencer.

Alle spillere i målgruppen uanset klub kan deltage.

## Lørdag

09.30: Ankomst  
10.00: Træning  
12.00: Frokost  
14.00: Træning  
16.00: Tak for i dag

## Søndag

09.30: Ankomst  
10.00: Træning  
12.00: Frokost  
14.00: Træning  
16.00: Evaluering og afslutning

## Trænere

Nicklas A. Jensen (Allerød)  
Felipe Matarese (Allerød)

## Praktisk info:

**Arrangør:** Allerød Bordtennisklub

**Sted:** Lillerød-Hallerne (hal 4)  
Banevang 7, 3450 Allerød

**Målgruppe:** Ungdomsspillere under 14 år med 0-2 års træning (max 20 spillere)

**Forplejning:** Medbring selv frokost.  
Der er frugt i pauser.

**Pris:** 325 kr.

**Betaling:** Mobilepay 830129 (Allerød Bordtennisklub) eller til kontonummer 9570 13261954 (Danske Bank) - husk at skrive navn

**Tilmelding:** Senest tirsdag d. 6. september til [bordtennis@abtk.dk](mailto:bordtennis@abtk.dk). Tilmelding er gældende fra betalingstidspunkt.

## Spørgsmål:

Nicklas A. Jensen (+45 27894133 / [nicklasjensen035@gmail.com](mailto:nicklasjensen035@gmail.com))