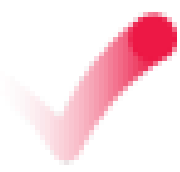


Pige-/perspektiv-camp efterår 2025



Fredag d. 17/10 til søndag d. 19/10

**BORDTENNIS
DANMARK** 

Allerød Bordtennisklub afvikler i samarbejde med Bordtennis Danmark efterårets perspektiv-camp for U15-piger samt øvede piger i alderen 10-16 år. Programmet er ambitiøst, og træningen vil indeholde tekniske og fysiske øvelser samt forskellige konkurrencer, der skal understøtte nye venskaber.

Fredag

11.30: Ankomst
12.00: Træning
14.30: Pause/Hvile
16.00: Træning
18.30: Slut på dagens
program

Lørdag

9.30: Træning
12.00: Frokost
13.30: Træning
15.30: Pause/Hvile
16.30: Team-konkurrence
18.30: Slut på dagens
program

Søndag

9.30: Træning
12.00: Frokost
13.30: Træning
15.30: Evaluering og
afslutning

Praktisk info:

Arrangør: Allerød Bordtennisklub

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

Målgruppe: Udtagede spillere til BTDK's perspektivlejr og øvede pigespillere mellem 10 og 16 år, som har styr på grundslag, og som er vant til målrettet træning og regelmæssig kampe i stævner og holdturnering. Max 20 spillere.

Trænere: Mads Westermann (træner i CPH Bordtennis og tidligere drengelandstræner) og Nicklas A. Jensen (træner i Allerød BTK). Hjælpetrænere i øvrigt og sparring afhængigt af deltagerantal.

Pris: 600 kr. inkl. eftermiddagsfrugt, mv. Frokost medbringes hjemmefra eller bestilles separat.

Overnatning i hal (medbring liggeunderlag og sovepose) samt 2 x morgenmad, frokost og aftensmad kan tilkøbes for 300 kr.

Tilmelding og betaling: Via "Tilmeld" på www.abtk.dk senest fredag d. 10. oktober.

Spørgsmål:
Lars Eckeroth
(larseckeroth@gmail.com/25596690).