

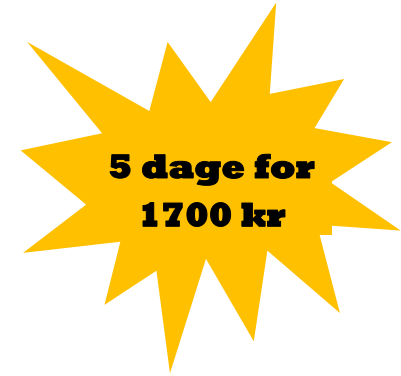
NÆSTVED BORDTENNIS SOMMERLEJR 2022



Mandag d. 1 august til Fredag d. 5 august 2022



Entre & Pizzamenu
inkl. i lejren



Der vil være min. 5 timers bordtennis hver dag. Alle kommer igennem kinatræning, fysisk træning og mentaltræning der planlægges og udføres sammen med vores dygtige trænersteam.

Læs meget mere, tilmelding og opdateringer:

<https://naestved-bordtennis.dk/sommerlejr>

Trænere på lejren - derudover vil der være flere hjælpetrænere og sparringsspillere



JEPPE SPOTTOG

HOVEDTRÆNER

Jeppe er 23 år, og er tidligere juniorlandsholdsspiller. Dog valgte Jeppe, efter han var en stor del af holdet der spillede Næstved Bordtennis op i bordtennisligen, at gå trænervejen. Jeppe er træneruddannet i Kina, og udover trænergerningen i klubben, er han også Sportchef i Næstved Bordtennis.



HAMPUS SÖDERLUND

TRÆNER

Hampus er 28 år og fuldtids professionel bordtennisspiller. Hampus er en del af det Svenske landshold og spiller for sin klub i Sverige, men deltager også i turneringer i hele verden. Hampus spiller for Næstved Bordtennis i bordtennisligen, og er pt. den bedste spiller i ligen. Han har en fighterånd og træningsindstilling som ungdommen kan lære meget af.



KASPER JENSEN

MENTALTRÆNER

Kasper er 45 år og ejer sin egen coaching virksomhed. Kasper har et samarbejde Næstved bordtennisklub som coach og mentaltræner, hvor han særlig har mentaltrænet elitespillerne i klubben. Kasper er international certificeret coach, teamcoach, neuropsykologisk coach og mentaltræner. En aften under lejren vil Kasper introducere deltagerne for mentaltræning samt hvordan du gennem coaching og mentaltræning vil kunne forbedre dine sportspræstationer. Din mentale robusthed vil bidrage til at styrke dig som sportsudøver.

Feedback fra sidste års lejr: En af de bedste lejre nogensinde!

Sted: Mærk Næstved Hallen & Toksværd hallen, Toksværd Bygade 43, 4684 Holmegaard

Tilmelding: Senest den 15. juli via klubbens hjemmeside hvor du udfylder forældrekontakt og størrelse til lejr T-Shirt.

Målgruppe: Ungdom Elite & Bredde.

Der inddeles i Elite -og Breddegrupper efter niveau—alle får en god og sjov træning.

Pris: Kr. 1.700,- som inkluderer træning, overnatning, forplejning, aktiviteter & lejr T-shirt

Betaling: Ved tilmelding

Tidsrum: Mandag 1 aug kl. 9 til Fredag 5 aug ca. kl. 16 (uge 31)

Ved spørgsmål kontakt: sommerlejr@naestved-bordtennis.dk

Se <https://naestved-bordtennis.dk/sommerlejr> for tilmelding, ændringer, program og opdateringer.



MÆRK
NÆSTVED