



Trainingskamp Enschede

17 t/m 23 oktober 2011

Op herhaling

Na het overweldigende succes van vorig jaar, staat ook dit jaar weer het herfsttrainingskamp in Enschede op het programma. Van maandag 17 oktober tot en met zondag 23 oktober verblijven de Top Sport Groep (TSG) én de Wedstrijd Groep (WG) in de groepsaccommodatie van 't Borghuis te Losser, die als uitvalsbasis dient voor de trainingsactiviteiten.

Programma

Het doel van het trainingskamp is om de techniek en de conditie te verbeteren. Overdag staan er voor de rijders twee trainingen op het programma: er wordt geschaatst op het schitterende ijs van de ijsbaan in Enschede en er vindt een droogtraining (fietsen, lopen, kracht) plaats. In de avonden zijn er leerzame workshops en is er tijd voor ontspanning.

Begeleidingsteam & vervoer

Henri Seelig en Jeroen Jong zijn aanwezig voor de TSG, Chiel van Gorkum voor de WG. Hans Veldkamp is ook aanwezig om beide groepen te adviseren. Daarnaast zijn er twee ouders aanwezig ter ondersteuning van de organisatie. Arenda Overvliet (moeder van Jay) heeft al toegezegd. Het vervoer wordt onderling georganiseerd, waarover later meer.

Eigen bijdrage

Van de deelnemers wordt een eigen bijdrage van 290,- Euro gevraagd. Inbegrepen in het arrangement zijn: dagelijkse trainingen en workshops, verblijfsaccommodatie 't Borghuis (inclusief energiekosten), maaltijden, entree ijsbaan en vervoer.

Meld je uiterlijk 1 juli aan!

1. Stuur z.s.m. een e-mail ter bevestiging van jouw deelname aan:
Conrad Alleblas, conradalleblas@gmail.com
2. Maak per omgaande de eigen bijdrage van 290,- Euro over aan:
1856228 t.n.v. Hardrijver. Den Haag-Westland te Monster, o.v.v. jouw naam.

