

Indbydelse til DanCamp 1

Dato: 3. oktober kl. 10:00-18:00

Adresse: Haslev-Hallerne, Sofiendalsvej 42, 4690 Haslev

Pris: 230 kr. inkl. forplejning.

Tilmelding: Gymnaster skal have indløst en national licens for at kunne deltage. Der skal tilmeldes én træner for hver 5 springere. Træneres deltagelse er gratis.

Corona: Vi følger naturligvis alle retningslinjer og instruerer i dem ved ankomst.

Med det aktuelle forsamlingsforbud betyder det at uvedkommende ikke har adgang.

Vi håber at have plads til alle interesserede, men hvis der ved tilmeldingsfristens udløb viser sig at være for mange tilmeldte, forbeholder vi os retten til at frasortere det nødvendige antal. Dette vil naturligvis foregå i dialog med klubberne.

Til DanCamp vil springerne blive placeret i faste træningsgrupper, hvor medlemmerne har ca. samme springmæssige niveau. I dannelsen af træningsgrupper tages der hensyn til alder, og evt. køn og andre forhold, der kan indvirke på, at alle får mest muligt udbytte af træningen.

Springerne vil sandsynligvis **ikke** blive trænet af deres klubtræner, men vil i stedet blive trænet af en anden klubtræner, udpeget af arrangørerne til den pågældende træningsgruppe.

Trampolin: For at kunne tilmelde sig til DanCamp, skal springeren som minimum have et springmæssigt niveau, svarende til øvelseskravene til række C/D i DanCup. Det er klubtræneren der vurderer dette. Øvelsen skal ikke vises til DanCamp. Klubberne tilmelder deltagere i de rækker, som springerne plejer at stille op i til DanCup.

For springere: Under DanCamp får springere trampolintræning med fokus på TOF, teknik forbedring, samt fokus på DM-krav. Gymnasterne testes i styrketræning og smidighed (test findes i Excel ark på siden).

For trænere: Trænere får en faglig sparring med plads til uddybende spørgsmål. Der er planlagt workshop med fokus på træning i baglæns afsæt og barani. Trænere bedes medbringe kuglepen, stopur og målebånd el. lignende.

I løbet af dagen vil vi gerne invitere trænere til et kort dialogmøde ang. efterårets aktiviteter.

Tilmeldingsfrist: 21. september

Vi glæder os meget til at se en masse glade deltagere.

Har klubberne/trænere spørgsmål, er I meget velkomne til at kontakte

DanCamp koordinator Bo Zierau gummerup@gmail.com

Med venlig hilsen,
Konkurrencesektionen