

## Einladung zum Lehrgang

Liebe BVS Spielerinnen und Spieler, hiermit lade ich euch zum Sommersichtungslehrgang auf den Rabenberg ein.

- Zweck:** Vorbereitung auf die neue Saison
- Ort:** Sportpark Rabenberg, 08359 Rabenberg, Tel.: 037756/ 171-0
- Anreise:** Donnerstag, den 11.08.2011 bis 14 Uhr
- Rückreise:** Sonntag, den 14.08.2011 ab 14 Uhr
- Übernachtung:** im Sportpark Rabenberg (2-3 Bettzimmer)
- Verpflegung:** Vollverpflegung, Getränke bitte selbst mitbringen
- Trainer:** Dirk Nötzel und weitere
- Kosten:** 60€ (D-Kader), 70€ (E-Kader und andere)
- Ausrüstung:** Badmintonausrüstung im Top-Zustand, Schreibunterlagen (Trainingstagebuch), Unterlagen zur Saisonplanung, Laufschuhe, Laufbekleidung, Trinkflasche, Pulsmesser (falls nicht vorhanden, bitte kurze Info an mich), Trainingsbekleidung für 3 TE täglich, Sprungseil, Mp3 Player, maximal 100g Süßes, Chips, sowie die weitere Süßigkeiten bleiben zu Hause!
- Inhalte:** Technik/ Taktiktraining in den einzelnen Disziplinen, Tests, Fitnesstraining
- Teilnehmer:**

AK u13	Annika Schreiber (99, BCSN) Paula Elisabeth Nitschke (99, Bräunsdorf) Charlotte Ullrich (99, Taucha) Emily Ehm (00, Meerane)	Florian Ihm (99, TSV NDW) Norman Dembniak (99, Großenhain) Wilhelm Büchner (00, RBV) Samuel Hagist (00, RBV)
AK u15	Laura Adam (97, Großschönau) Annabella Jäger (98, RBV) Annika Hofmann (98, TSV NDW) Judith Räder (98, TSV NDW)	Pit Hofmann (97, TSV NDW) Benjamin Stock (97, Markleeberg) Willy Hendrich (97, RBV) Nils Vietze (98, RBV)

+ weitere Vorschläge aus den Vereinen

Bitte sendet mir bis zum 05.05.2011 eine Zu- bzw. Absage. Alle weiteren Informationen erhaltet ihr danach.

Wie jedes Jahr besteht für Heimtrainer die Möglichkeit am Lehrgang teilzunehmen bzw. an einzelnen Tagen zu hospitieren.

Mit freundlichen Grüßen

Dirk Nötzel

]