

Anmeldeformular

zur H.W. Niesner Badminton Summer School 2010

vom 1. Sept. bis 4. Sept. 2010 in Landshut

Hans Werner Niesner, Theodor-Heuss-Str. 72, 38444 Wolfsburg oder
Alfons Bachhuber, Asternweg 5, 84032 Landshut (ja.bachhuber@t-online.de)

Teilnehmerbeitrag: (bitte ausgewähltes Angebot ankreuzen) Preise:

Jugendlicher DJH/Jugendgästehaus Übernachtung **239,--Euro**
mit Vollpension

Jugendlicher Teilnahmegebühr **179,--Euro**
inklusive Mittag- und Abendessen in der Halle!

Aktiver DJH/Jugendgästehaus Übernachtung **259,--Euro**
mit Vollpension

Aktiver Teilnahmegebühr **199,--Euro**
inklusive Mittag- und Abendessen in der Halle!

Name, Vorname, Anschrift, Geburtsdatum, Telefon, E-mail, Verein:
(Druckschrift, bitte)

Name:

Anschrift:

Tel + Mail:

Verein:

Nach der Anmeldung erfolgt die Bestätigung mit den ersten Informationen,
Nach Eingang der Anmeldebestätigung ist eine Anzahlung von 100 € zuleisten.
Kontonummer wird Ihnen mitgeteilt.

Der Restbetrag ist bei Campbeginn, vor Ort, in bar zu bezahlen.

....., den..... Unterschrift.....:

H.W. Niesner

B a d m i n t o n

Leistungs-Camp

(TeilnehmerIn)

.....Unterschrift d. Erziehungsberechtigten

in LANDSHUT / Bayern

Mittwoch 1. Sept. bis Samstag 4. Sept. 2010

Mit dem ehemaligen Deutschen und
Österreichischen Bundestrainer
Hans Werner Niesner

Ausrichter: Post SV Landshut

Hans Werner Niesner, Theodor-Heuss-Str. 72
38444 Wolfsburg, Tel. & Fax: 05361-25601

E-Mail: office@badminton-niesner.de

Anreise: bei Übernachtung: bis 17.00 Uhr am Mittwoch 1.9.2010 im Jugendhaus Ottonianum, Richard-Schirrmann-Weg 6, 84028 Landshut ohne Übernachtung: Bis spätestens 18 Uhr, am Mittwoch 1.9.2010 in die Turnhalle des Hans-Carossa-Gymn. Abreise am Samstag 4. Sept. um 20.00 Uhr
Halle: Turnhalle des Hans-Carossa-Gymnasiums, Landshut, Lorettoweg Leitung und Infos vor Ort: Regina und Jakob Bachhuber, Post SV Landshut Tel. 0871/32968; E-Mail: ja.bachhuber@t-online.de Informationen im Internet: http://www.badminton-niesner.de oder http://www.Postsportverein-Landshut.de
<u>Anmeldeschluß: 15. Juli 2010</u>
SENIOR COACH/Leiter: Hans Werner Niesner, DBV A-Trainer
Coaches: Junior-Coaches (Trainer) zur hospitierenden Fortbildung
TeilnehmerInnen: Spieler ab der AK U15, Jugend und Aktive
Teilnahmekosten: Schüler und Jugendliche: 239,00 Euro bei Vollpension! Aktive: 259,00 Euro bei Vollpension Familienrabatt: Ab 2 Teilnehmer aus einer Familie minus 5 % pro Person Im Preis enthalten: <ul style="list-style-type: none">• Trainings/Seminar-Teilnahme,• Übernachtung im Mehrbettzimmer incl. Frühstück, Mittag- und Abendessen i. d. Halle.• Für die Kurzpausen: Obst oder Kuchen• Sämtliche Getränke während der Trainingseinheit.• bei Bedarf Nahrungsergänzungsmittel (Magn./Calc., Vitamin C)• mit der Anmeldebestätigung gibt's eine Vorabinformation, wie Ablaufplan und Trainingsschwerpunkte• Campfotos für jeden Teilnehmer• Individuelles Camppräsent Im Preis nicht enthalten: <ul style="list-style-type: none">• An- und Abreisekosten der TeilnehmerInnen• Bälle, jeder Teilnehmer/in hat zum Campbeginn 2 Dtzd Bälle der Marke YangYang 202 abzugeben. Vor Ort zum Sonderpreis .

Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung für Schäden der TeilnehmerInnen!

Trainingsinhalte:

1. ***Badminton Technik***, Methodikausbildung für effektive Technikschiulung bei gleichzeitiger Verletzungsprophylaxe; insbesondere Schlag-, Lauf- und Sprungtechniken. **Videoeinsatz versteht sich!** (Grundlage: NBV Sommer Trainings Plan)
2. ***Einzel- und Doppel-Taktik***, mit methodischen Reihen für Fortgeschrittenen- und Spitzenspielerausbildung und spezifischen Sporttheorie-Unterrichtseinheiten.
3. ***Mentales Training***: Turniervor- und -nachbereitung. Einstellung auf Situationen in Training und Wettkampf
4. ***Erstellung einer Spielerbeurteilung mit Hausaufgabenvorschlag***
5. ***Regenerationstraining in Theorie und Praxis***, Entspannungstraining, Dehnfähigkeitstest, Abwärmen, Fußgymnastik,.

ABLAUF DES CAMPS

- * Training nach festgelegtem Programm (Theorie und Praxis)
Täglich drei Trainingsblöcke (Vormittag – Nachmittag – Abend – ca. 8 Std.
- * Gruppen und Individualtraining mit persönlicher Videoanalyse
- * Theorieeinheiten zur leistungssportlichen Lebensführung.
- * Bei der Durchführung des Badmintoncamps wird bei Bedarf auf unterschiedliche Alters- und Leistungsklassen Rücksicht genommen