



TSG Maxdorf Basketball präsentiert:

“Athletiktraining Clinic”

**mit Jorgo Chatzidamianidis, dem
Athletiktrainer der Telekom Baskets**

Bonn (BBL)

am 3. Juni 2018 in Maxdorf

Liebe Eltern, liebe Spielerinnen und Spieler,

die Grundlagen im Athletikbereich lassen sich am besten in den Sommermonaten verbessern. Koordination, Kraft und Schnelligkeit sind wesentliche Bausteine, um im Basketball erfolgreich zu sein.

Starte Deine Vorbereitung auf die kommende Saison mit einem intensiven Trainingstag:

Wir bieten am 3. Juni 2018 ein intensives Training mit Übungen und vielen wichtigen Tipps und Trainingshinweisen für das selbständige Training an. Auch die für das Training nötige mentale Stärke wird Inhalt des Trainingstages sein. Neben der Demonstration von Übungen zu den Themen Koordination, Kraft („core training“) und Schnelligkeit



thematisieren wir auch die leistungsentscheidenden Bereiche Ernährung und Regeneration.

Am Ende des Camps wird jeder Spieler seinen individuellen Trainingsplan für den Sommer in den Händen halten.

Mit Jorgo Chatzidamianidis konnten wir einen absoluten Fachmann für unsere Veranstaltung begeistern, der sich tagtäglich um die Fitness von Profi Basketballern kümmert:

<https://www.telekom-baskets-bonn.de/presse/news/artikel/baskets-verpflichten-neuen-athletiktrainer.html>

Für den Trainingstag in Maxdorf stehen 16 Plätze für die Jahrgänge 2000-2006 zur Verfügung (es gilt das Datum der Anmeldung). Einfach Anmeldeformular ausfüllen und eingescannt oder per Foto an die unten genannte Adresse schicken.

Rückfragen / Anmeldung bitte per Email an:

basketballcamps.maxdorf@gmail.com

Viele Grüße,
Peter Eberhardt



Wann?	Samstag, 3. Juni 2018
Uhrzeit?	10.00-15.00 Uhr
Wo?	Waldsporthalle Longvicplatz 1, 67133 Maxdorf
Teilnahmegebühr?	€ 65,00
Anmeldeschluss?	25. Mai 2018
Teilnehmerzahl?	begrenzt auf nur 16 Teilnehmer
Veranstalter?	TSG Maxdorf, Abteilung Basketball
Konzeption?	Peter Eberhardt – www.mindandskills.com
Bankverbindung?	Förderkreis Basketball Maxdorf e.V., IBAN: DE66 5456 1310 0001 9445 17 BIC: GENODE61LBS RV-Bank Rhein-Haardt eG Stichwort: Athletik-Clinic
Mitbringen?	Bitte einen Schreibblock mit Stift, ausreichend Mineralwasser und eine Kleinigkeit zum Mittagessen mitbringen (z.B. belegtes Brötchen, Nudelsalat, Banane,...)



Anmeldung

Hiermit melde ich meinen Sohn / meine Tochter zur „Athletiktraining Clinic“ der TSG Maxdorf (Abt. Basketball), am 3. Juni 2018, verbindlich an. Ich werde die Teilnahmegebühr nach Erhalt der Teilnahmebestätigung auf das oben angegebene Konto des Förderkreis Basketball Maxdorf e.V. überweisen. Die Vergabe der Plätze erfolgt in der Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen.

Die Anmeldung ist verbindlich, es kann jedoch ein Ersatzteilnehmer gemeldet werden.

Anmeldungen bitte per Email an: basketballcamps.maxdorf@gmail.com

Name und Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Straße: _____ Nr: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Email : _____

Telefon: _____

Datum: _____

Unterschrift _____

(Erziehungsberechtigte/r)