



# Velkommen til ATK Camp



## i Roskilde Brydeklub

Et samarbejde mellem Roskilde Brydeklub og Danmarks Brydeforbund. Campen er et tiltag der skal give indsigt i brydesportens aldersrelaterede trænings koncept. Målgruppen er drengebrydere og deres trænere. Sportschef i Danmarks Brydeforbund, Thor Hyllegaard og ungdomslandstræner Håkan Nyblom giver inspiration og sparring til drengetræning.

**Campen finder sted, lørdag og søndag den 10-11 maj 2014**

**Sted: Eriksvej 21 4000 Roskilde**

**Deltagere skal medbringe følgende på Campen:**

Bryde tøj, træningsdragt, sovepose, liggeunderlag, toiletartikler, udendørs tøj.

**Prisen er 200,- kroner pr. deltager.** OBS; det koster ligeledes 200,- for træner, ledere og forældre

Tilmelding til [dbkontor@gmail.com](mailto:dbkontor@gmail.com) - **Tilmeldingsfrist, dato 6-5-2014** - Spørgsmål; Palle Nielsen, DB, 42 23 24 80. Spørgsmål klub; Mike Sedenius, 28 44 76 12

**Mht. tilmelding:** Navn, alder, klub og titel på alle medrejsende træner, ledere, forældre. Samt et mobil nummer på mindst en ansvars person.

**Program**

<b>Tid</b>	<b>Lørdag 10. maj</b>	<b>Tid</b>	<b>Søndag 11. maj</b>
<b>12.00</b>	<b>Velkommen og let frokost</b>	<b>9.00-10.00</b>	<b>Morgenmad</b>
<b>13.00 – 14.30</b>	<b>Aldersrelateret drengetræning v/ Thor Hyllegaard og Håkan Nyblom</b>	<b>10.00-11.30</b>	<b>Aldersrelateret drengetræning planlagt og gennemført af klubtrænere</b>
<b>14.30 – 15.30</b>	<b>Frugt, brød, saft</b>	<b>11.30 - 12.00</b>	<b>Evaluering af træningen</b>
<b>15.30-17.00</b>	<b>Træning af teknikmærke bronze og sølv</b>	<b>12.00</b>	<b>smør selv frokost og tak for denne gang</b>
<b>18.00-19.00</b>	<b>Aftensmad</b>		
<b>19.30 til 21.30</b>	<b>Fodbolds turnering for bryderne, Oplæg om ATK for trænere, ledere og forældre. Klubtrænere planlægger formiddagstræning</b>		
<b>22.00-24.00</b>	<b>Hygge</b>		