

Liebe junge Basketballer im SV Menden! Liebe Eltern!

Wie besprochen wird das Trainingscamp am **23.4./24.4 und 25.4.** in der Realschule Menden stattfinden.
Die Halle ist beantragt und muss extra bezahlt werden

Das Trainingscamp beginnt:

Di.:	23.4.19 ab	9.45 Uhr bis ca. 15.30 Uhr
Mi.:	24.4.19 ab	9.45 Uhr bis ca. 15.30 Uhr
Do.:	25.4.19 ab	9.45 Uhr bis ca. 15.30 Uhr

Beim Preise einholen und überschlagen aller Unkosten, wird wohl ein Betrag zwischen 40 Euro / 60 Euro nötig.
(Enthalten: 3xMittagessen, Getränke (Mineralwasser), T-Shirt und Halle müsste ich gut hinkommen.

Programm:

1. Tag

Aufwärmen
Passen und Fangen in Spielformen
Dribbling in allen Variationen und Spielformen Fakes beim Dribbling
Mittagspause
1. Einheit: „Defencearbeit“ Beinarbeit!!
Passen und Fangen in Spielformen (alle Spielformen auch mit anderen Mitteln)
1:1 und 2:2
2:2+1
2. Einheit: „Defencearbeit“
Spiel 3:3 über das ganze Feld (2 Felder)



Mittagessen: von Döpi (andere Getränke selbst mitbringen. Speiseauswahl bis 15.4.19 od . früher mitteilen (max. 6,50 €

2. Tag

Aufwärmen
Der „Korbwurf“ Vor- und Hauptübungen **Gast-Dozent: Ingo Siebert**
Eine Einheit „Shot“
Technik, Partnerweise, Wettspiele, Aufgabemstellungen
Mittagspause gegen 12.00 Uhr
Korbleger von links und rechts mit verschiedenen Aufgaben
Kleine Wettkämpfe unter Belastung mit Aufgabenstellungen
Spiel 2:2 + 1 (+2)

Mittagessen: Pizza aussuchen und mir Internet: www.la-botte-menden.de
Speiseauswahl bis 15.4.19 mitteilen (max. 6,50 – 7,00 €)

3. Tag

Übungen für den Forward und dem playmaker
Weiterentwicklung des Wurfs
3. Einheit: „Defencearbeit“
Übungen zum 1:1 (Wiederholung)
2:2 (+1)
3:3 (+1/+2)
4. Einheit: „Defencearbeit“
Spiel über das ganze Feld!
ENDE!

Mittagessen: Pizza aussuchen und mir Internet: www.la-botte-menden.de
Speiseauswahl bis 15.4.19 mitteilen (max. 6,50 – 7,00 €)

Änderungen vorbehalten! Hängt viel von der Entwicklung der Gruppe ab.

Ende: jeweils gegen 15.30-45. **Anschließend gemeinsames Aufräumen**

Vielleicht noch mitbringen: Messer/Gabel, Becher, Handtuch, 2 T-Shirts, ein Tennisball (wer einen hat), Trainingsjacke zum Überziehen, ggf. Trinkflasche und pro Tag je einmal (Obst)

Liebe Eltern!

Bitte überweisen Sie den **Betrag von 40 € bzw. 60 € (Nichtvereinsmitglieder je 10 € mehr)**, auf das Abteilungskonto des SV Menden. Ich habe im Voraus doch schon einige Auslagen. Betrachten Sie es als zusätzliche verbindliche Zusage. Vielen Dank für Ihr Verständnis!!!

Nachstehend das Vereinskonto!!



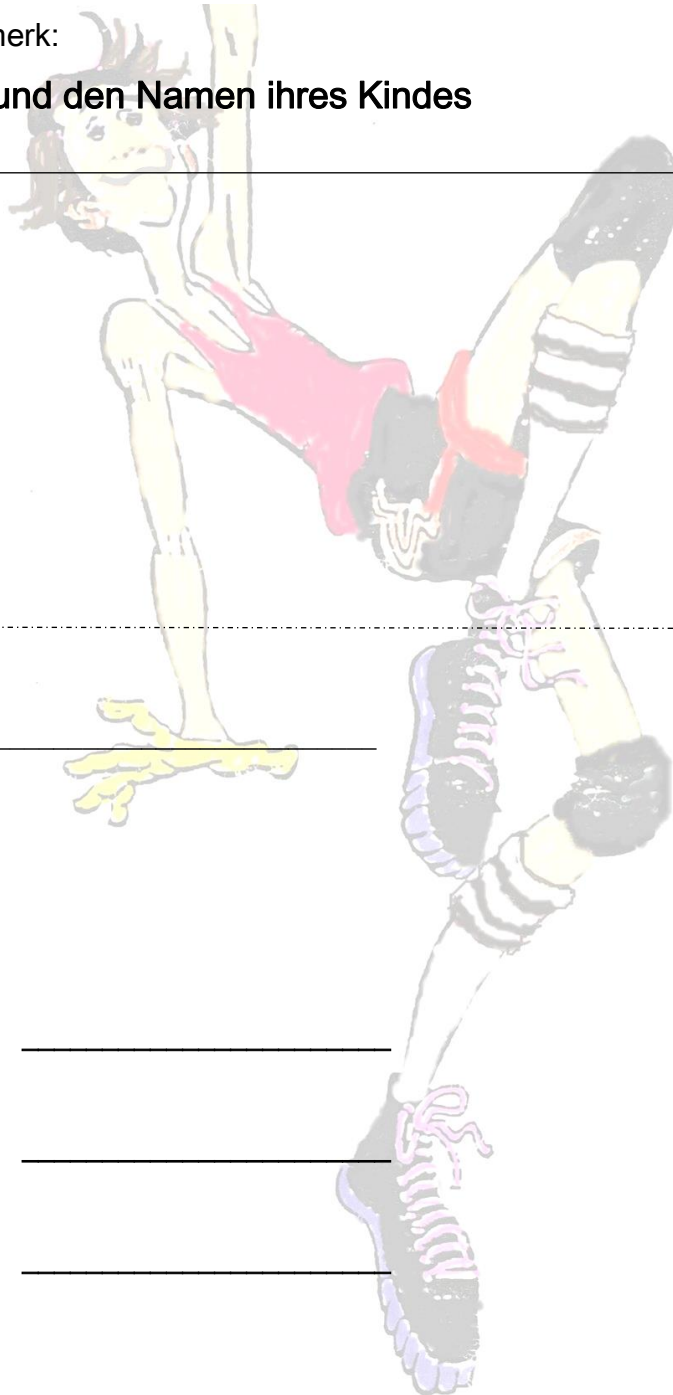
SV Menden Abt. Basketball

IBAN: DE22 4476 1312 0403 0194 01

GENODEM1MEN

Bitte mit dem Vermerk:

Trainingscamp und den Namen ihres Kindes



Name:

Essenswunsch:

23.4.19

(Döpi)

24.4.19

(la Botte)

25.4.19

(la Botte)
