

## **B.E.S.T. Badminton-Camp**

In der zweiten Woche der Sommerferien bietet die **Badminton Elite School Trier** (B.E.S.T.) des **FSV Trier-Tarforst** motivierten Kindern und Jugendlichen im Alter von **7 bis 19 Jahren** in den Sportstätten des FSV Trier-Tarforst ein viertägiges Badminton-Camp zum Schnuppern oder zur Weiterentwicklung der eigenen Fähigkeiten an.

Von Montag, dem **22. Juli** bis Freitag, dem **26. Juli** sind vor allem Anfänger und Einsteiger, aber auch sonstige Badminton-Verrückte herzlich eingeladen, mit uns den Badmintonsport noch intensiver als im regulären Training kennenzulernen. Das Camp ist in zwei mal zwei Tage aufgeteilt, mit dem Mittwoch als trainingsfreiem Ruhetag dazwischen.

Wir werden an allen Tagen um **9:00 Uhr** starten und vier Stunden intensiv bis **13:00 Uhr** trainieren. Ein paar Snacks in Form von Obst und Gemüse stehen täglich zur Verfügung. Ansonsten benötigen die Kids vor allem genügend Getränke (unsere Empfehlung: Wasser) und natürlich Sportklamotten (Hallenschuhe, Wechselshirt, evtl. Handtuch). Schläger können, falls nicht vorhanden, ausgeliehen werden.

Das Trainingsprogramm wird bestehen aus:

- Koordinations- und Gleichgewichtsschulung zum Aufwärmen
- Geschwindigkeitstraining auf dem Feld
- Schlagsicherheit in Form von Racketspeed-Training
- Matchpraxis durch Spielvarianten
- Ballspiele zur Auflockerung

Mitglieder des FSV Trier-Tarforst können bei unserem Camp zu günstigeren Konditionen teilnehmen:

90€ für FSV-Mitglieder (bei 2 Kindern 160€) 100€ für Nicht-Mitglieder (bei 2 Kindern 180€)

Die Teilnehmerzahl im Camp ist auf **maximal 32 Teilnehmer** begrenzt. Verbindlicher **Anmeldeschluss** (best@fsv-trier-tarforst.de) ist Freitag, der **12. Juli 2024**.

Die Trainer der Badminton Elite School Trier freuen sich auf reges Interesse und vier tolle Tage!