



Pro International Academy Camp 27-29/10

HTKs Pro International Academy bjuder in till träningscamp under tre intensiva, spännande och utvecklande dagar

Vi ger dig mellan 10-16 år en unik chans att träna som ett proffs under tre dagar tillsammans med våra spelare på Academyn. Träningen är ålders/nivåanpassad vilket innebär att oavsett spelnivå så kan du delta på lägret. Dock är det viktigt att du är van att träna mycket.

Tränare

Mattias Arvidsson, FED CUP kapten, Johanna Larssons tränare och tränare på HTKs Pro International Academy. Övriga huvudtränare är Samuel Ekberg och Per-Erik Granath



WWW.HTKTENNIS.COM

Fakta

- Plats:** Olympiahallen i Helsingborg
- Boende:** I Olympiahallen. Ledare finns under hela helgen
- Sängar:** Fasta sängar, medtag lakan och örngott
- Mat:** Alla målen i hallen
- Allergier:** Eventuella allergier eller önskemål om kost medelars vid anmälan
- Kostnad:** 3 300 kr (HTKare 2900 kr)
- Anmälan:** Senast den 9 oktober via E-mail
- Betalning:** Betalning i samband med anmälan till HTK, bg: 106-4930.
- Återbet:** anmälnings-avgift återbetalas endast mot sjukintyg.
- Deltagare:** Max 24 deltagare
- Reservation:** Vi reserverar oss för att alla kanske inte kommer med. Även reservation för att lägret kan ställas in pga för få anmälningar.
- Frågor:** Ställs till kansliet tel: 042-14 71 72
- E-mail:** kansli@htktennis.com
- Start:** Fredag 15:00 (Ok med senare start vid behov)
- Slut:** Söndag 17:00

Innehåll under helgen (cirka)

- 10 timmar tennisträning
- 4 timmar fysisk träning
- 1-2 teoripass där Mattias Arvidsson bla berättar om hur det ser ut på touren med Johanna Larsson
- Videoanalys
- Teambuildning

Måltider

Samtliga måltider intas i Olympiahallen

Fredag

- Matig fika vid kl 15:00
- Frukt vid 17:00
- Middag vid 20:30

Lördag

- Frukost vid 07:00
- Mellanmål vid 10:00
- Lunch vid 13:00
- Frukt vid 16:00
- Middag vid 19:00

Söndag

- Frukost vid 07:00
- Mellanmål vid 10:00
- Lunch vid 13:00

Information Pro International Academy

Våra tränare kommer under campen informera om hur det är att ingå i HTKs Pro International Academy. Våra samarbeten med Peter-Sven Skolan (Tennisprofil åk 6-9), Tågaborgskolan (åk 7-9) och Filbornagymnasiet (NIU åk 1-3) samt hur HTKs ungdomar på PIA tränar.

