

FSG BASKETBALL CAMP

27 april tot en met 29 april 2018 | locatie FSG CAMPUS
Leeftijd tussen 10 en 16 jaar



Wil je een geweldig camp meemaken en een weekend leven als een full time sporter? Dan is dit DE kans. Voor € 125,- kun je een weekend lang trainen en leven als een topsporter. Onder leiding van full professionals krijg je maar liefst 8 uur training, 2 uur fysieke training, uitleg over training analyses en adviezen over sport als life style.

Inhoud van het programma:

vrijdag	16:00	Aankomst en inschrijving rond 16.00 uur
	17:00	presentatie sport en toekomst
	18:00	diner
	19:00	training
	21:30	sleep
zaterdag	08:00	Ontbijt
	09.00	fysieke training / warm up
	10.00	training
	12.00	Lunch
	13.00	free time / rest
	14.00	training
	18.00	diner
	19.30	analyse van de trainingen
	21:30	free time / sleep
zondag	08:00	ontbijt
	09.00	fysieke training / warm up
	10.00	training
	13:00	end ceremonie

* voor jonge sporters bestaat er ook de optie om alleen te komen trainen en thuis te slapen!

Inschrijven kun je doen door een mail te sturen naar info@fsgacademy.com met je naam en geboortjaar. Of neem contact op met de coach:

Joost van Rangelrooy | j.vanrangelrooy@fsgacademy.com | 06-52657301