

## HIS Volleyball Camp 2021 for årgang 2007 og yngre

**Fredag d. 20. august kl. 16.30 til lørdag d. 21. august kl. 14.00**

HIS Volleyball Camp vil igen i år have fokus på, at sæsonen for de fleste skal til at gå i gang, og vi vil derfor bruge træningerne på at få rørt en masse bolde, finpudset grundslag og spillet mange småspil og kampe med spillere fra andre klubber. Om du spiller kids, 4-mands eller seks-mandsvolley har ikke betydning - træningerne bliver niveaudelt. Uanset om du har spillet få eller mange år, vil vi bygge ovenpå dit niveau, analysere dine bevægelser bl.a. med video og hjælpe dig videre med din serv, dit angreb, din hæverteknik og dit forsvarsspil.

@: Skriv til Haslev Idrætsefterskole på [adm@his-haslev.dk](mailto:adm@his-haslev.dk): Alder, volleyerfaring, klub, kontaktinformation på forældre, t-shirt størrelse **inden fredag d. 13. august 2021**

**På vegne af HIS Volleyball, Rasmus Kjeldbjerg og Jakob Møller**

**Prisen er 200 kr. og for dette får du:**

- ☛ T-shirt
- ☛ Forplejning (*eftermiddagssnack, aftensmad, aftenforfriskning, morgenmad, formiddagsforfriskning, frokost lørdag*)
- ☛ 3 Volleyball-træningspas (efter niveau)
- ☛ Overnatning
- ☛ Morgenløb (3km)
- ☛ Stortrampolin med instruktør
- ☛ Brug af alle efterskolens faciliteter
- ☛ Styrketræning i vores fitnesscenter (aldersrelateret)
- ☛ Beachvolley på skolens beachbaner
- ☛ Aftenhygge med spil, bordtennis og samvær



**Psst... sig det endelig videre**