



Fægteklubben Trekanten indbyder i samarbejde med Dansk Fægte-Forbund til
INTERNATIONAL TRÆNINGSLEJR 2011
23. – 25. marts 2010 i Fægteklubben Trekanten, København

Fencing club Trekanten and the Danish Fencing Federation hereby invites to
INTERNATIONAL TRAINING CAMP 2011
23th – 25th of March 2010 in Fencing club Trekanten, Copenhagen

Forud for Trekanten Internationale indbydes til 3 dages træningslejr i Fægteklubben Trekanten. Lejren er for alle fægtere på både kårde og fleuret og er en aktivitet under DFF's talentudviklingsprojekt. Ud over fægtere fra danske klubber inviteres også deltagere fra udlandet. Tidligere år har fægtere fra bl.a. USA, Schweiz, Finland, Holland, Slovakiet og Egypten deltaget.

Fægtelejren starter onsdag d. 23. marts om morgenen. Der trænes i lejrperioden to gange dagligt bortset fra fredag, hvor træningen slutter tidligt, for at fægterne kan være klar til weekendens stævne.

Træningen ledes af klubbens egne trænere sammen med trænere fra de deltagende klubber.

Prior to the Trekanten Internationale competition we invite you to 3 day fencing camp in Fencing club Trekanten in Copenhagen. The camp is for all foil and epee fencers. Fencers from both Danish and foreign clubs are very welcome. Previous years fencers from countries such as the USA, Switzerland, Finland, the Netherlands, Slovakia and Egypt has participated.

The camp starts on Wednesday morning. There are two training sessions per day except from Friday where training ends early to let the fencers prepare for the weekends competition.

The training sessions are lead by the clubs own coaches together with coaches from the participating clubs.

PROGRAM

ONSDAG WEDNESDAY	TORSDAG THURSDAY	FREDAG FRIDAY
9.00 VELKOMST WELCOME		
9.30 - 12.00 FÆGTNING FENCING U15-fægtere (TUP)	9.30 - 12.00 FÆGTNING FENCING U15-fægtere (TUP)	9.00 - 12.00 FÆGTNING FENCING U15-fægtere (TUP) O15-fægtere
12.00 FROKOST LUNCH	12.00 FROKOST LUNCH	12.00 FROKOST LUNCH
14.00 - 16.00 FÆGTNING FENCING U15-fægtere (TUP) O15-fægtere	14.00 - 16.00 FÆGTNING FENCING U15-fægtere (TUP) O15-fægtere	
16.00 PAUSE BREAK	16.00 PAUSE BREAK	
17.00 - 20.00 FÆGTNING FENCING O15-fægtere	17.00 - 20.00 FÆGTNING FENCING O15-fægtere	
20.00 AFTENSMAD DINNER	20.00 AFTENSMAD DINNER	

BLÅ PAS
BLUE SESSIONS

UNDER 15 ÅR
UNDER 15 YEARS

GRØNNE PAS
GREEN SESSIONS

OVER 15 ÅR
OVER 15 YEARS

ADRESSE

Fægteklubben Trekanten,
Ryparkens Idrætsanlæg
Lyngbyvej 110, 2100 København Ø

DELTAGERGEBYR

U15-fægtere 200 kr.
O15-fægtere 150 kr.

INDKVARTERING

Det er muligt at overnatte i klubben. Medbring selv sovepose osv.

FORPLEJNING

Den vil blive serveret god, sund mad i klubben.

TILMELDING

Tilmelding skal ske klubvis til:

Malte Trier Mørch

mail: mtm@trekanten.org tlf.: 26 83 44 08

Oplys deltagerens navn, alder og våben og om fægterne overnatter.

Seneste tilmeldingsfrist er 14. marts 2010.

ADRESSE

Fencing Club Trekanten
Ryparkens Idrætsanlæg
Lyngbyvej 110, 2100 Copenhagen Ø

FEE

U15-fencers 200 kr.
O15-fencers 150 kr.

ACCOMODATION

It will be possible to sleep over at the club. Please bring your own sleeping bag.

FOOD

All meal will be served at the fencing club.

ENTRY

Please send your entries to:

Malte Trier Mørch

mail: mtm@trekanten.org tel.: 26 83 44 08

no later than March 14th.

Please state the fencers name, age and weapon and whether they are sleeping over at the club.