



Fægteklubben Trekanten indbyder i samarbejde med Dansk Fægte-Forbund til

INTERNATIONAL TRÆNINGSLEJR 2011

26. – 28. oktober 2011 i Fægteklubben Trekanten, København

Fencing club Trekanten and the Danish Fencing Federation hereby invites to

INTERNATIONAL TRAINING CAMP 2011

63th – 28th of October 2011 in Fencing club Trekanten, Copenhagen

Forud for Trekanten Open indbydes til 3 dages træningslejr i Fægteklubben Trekanten. Lejren er for elite senior- og junior-fægtere samt inviterede elite-kadet-fægtere på både kårde og fleuret og er en aktivitet under DFFs talentudviklingsindsats. Ud over fægtere fra danske klubber inviteres også deltagere fra udlandet. Det er første gang, at Trekanten afholder træningslejr udelukkende for denne målgruppe.

Fægtelejren starter onsdag d. 26. oktober 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 Open competition we invite you to a 3 day fencing camp in Fencing club Trekanten in Copenhagen. The camp is for senior and junior foil and epee fencers invited cadet fencers. Fencers from both Danish and foreign clubs are welcome. It is the first time that Trekanten arrange a camp exclusively for this group of fencers.

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 d. 26. oktober

9.00	Velkommen / registrering
9.30-12	Træningspas 1
12-13	Frokost
13-15.30	Træningspas 2
15.30-16	Afstrækning
18-21	Mulighed for at deltage i klubtræningen

Torsdag d. 27. oktober

9.30-12	Træningspas 1
12-13	Frokost
13-15.30	Træningspas 2
15.30-16	Afstrækning
18-21	Mulighed for at deltage i klubtræningen

Fredag d. 28. oktober

9.30-12	Træningspas 1
12-13	Frokost

ADRESSE

Fægteklubben Trekanten,
Ryparkens Idrætsanlæg
Lyngbyvej 110, 2100 København Ø

DELTAGERGEBYR

200 kr.

INDKVARTERING

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

FORPLEJNING

Den vil blive serveret god, sund frokost i klubben.

TILMELDING

Tilmelding skal ske klubvis til:

Ferenc Toth

mail: ft@trekanten.org

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

Seneste tilmeldingsfrist er 10. oktober 2011.

PROGRAMME

Wednesday October 26th

9.00	Welcome / registration
9.30-12	Training 1
12-13	Lunch
13-15.30	Training 2
15.30-16	Stretch
18-21	Possibility to join club training

Thursday October 27th

9.30-12	Training 1
12-13	Lunch
13-15.30	Training 2
15.30-16	Stretch
18-21	Possibility to join club training

Fredag d. 28. oktober

9.30-12	Træningspas 1
12-13	Lunch

ADDRESS

Fencing Club Trekanten
Ryparkens Idrætsanlæg

FEE

200 kr. / €30

ACCOMODATION

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

FOOD

Lunch and fruit/snacks will be served at the fencing club.

ENTRY

Please send your entries to:

Ferenc Toth

mail: ft@trekanten.org

no later than October 10th.

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