

---

# *Semi-contact Edzőtábor*

## *(Csongrád)*

---

***Utolsó jelentkezési lehetőség!!!***

Hamarosan lezárul a minden évben megrendezésre kerülő nyári Semi-contact Edzőtábor jelentkezési szakasza. Így ezúton szeretném felhívni minden versenyző, edzőkolléga és szülő figyelmét a kevés szabad helyre. Az edzőtábor remek lehetőség a belgrádi Utánpótlás Világbajnokságra kvalifikált versenyzők részére, hogy fizikálisan és szellemileg is felkészüljenek, továbbá megismerjék ellenfeleiket, ám azokat is szeretettel várjuk, akik itt szeretnék megalapozni jövő évi sikeres versenyzésüket, kvalifikációjukat!

### **I. hét (július 17-24.) – 20 SZABAD HELY!!!**

---

- Semi-contact alap- és haladó technikák elsajátítása
- Küzdelmi állóképesség fejlesztése
- Ellenfelek elemzése (hazai és nemzetközi szinten)

Gyerek, kadet, junior és felnőtt korosztály – Kezdő és versenyző szinten

***38 500 Ft. (szállás + napi háromszori étkezés)***

### **II. hét (július 24-31.) – 4 SZABAD HELY!!!**

---

- NEMZETKÖZI POINTFIGHTING EDZŐTÁBOR
- Vezető semi-contact technikák
- 12 ország versenyzői minden korosztályból
- Ellenfelek elemzése (videón)
- Kitekintés a nemzetközi *Pointfighting* technikákra, taktikákra

Kadet, junior és felnőtt korosztály – Versenyző szinten

***54 000 Ft. (szállás + napi háromszori étkezés)***

***A meghirdetett nemzetközi ár (65 EUR/éjszaka) fele!!!***

### **III. hét (augusztus 1-8.) – 25 SZABAD HELY!!!**

---

- Összegzés az első két hétben (vagy más táborban) tanultak után
- A Nemzetközi Pointfighting Tábor tapasztalatainak ismertetése
- Egyéni stílus kialakítása, hibák javítása
- Stratégia kidolgozása a súlycsoportbeli ellenfelek ellen

Gyerek, kadet, junior és felnőtt korosztály – Kezdő és versenyző szinten

**38 500 Ft. (szállás + napi háromszori étkezés)**

***Bővebb információ és jelentkezés:***

***Király István***

*06 30 940 0935*

*kiru6611@t-online.hu*