

## Anmeldeformular

zur H.W. Niesner Badminton Summer School 2012  
vom 3.8. – 5.8. für U15–U19 (leistungsorientiert)+Aktive  
6.8. – 9.8.2012 für U11 – U15 und vom

Hans Werner Niesner, Theodor-Heuss-Str. 72, 38444 Wolfsburg oder  
Alfons Bachhuber, Asternweg 5, 84032 Landshut (ja.bachhuber@t-online.de)

Teilnehmerbeitrag: (bitte ausgewähltes Angebot ankreuzen) Preise:

- |  |   |            |
|--|---|------------|
| <input type="checkbox"/> <b>Jugendlicher</b><br>v. 3.8. - 5.8.2012           | Teilnahmegebühr<br>inklusive Mittag- und Abendessen | 119,--Euro |
| <input type="checkbox"/> <b>Jugendlicher (U11-U15)</b><br>v. 6.8. – 9.8.2012 | Teilnahmegebühr<br>inklusive Mittag- und Abendessen | 139,--Euro |
| <input type="checkbox"/> <b>Aktiver</b><br>v. 3.8. – 5.8.2012                | Teilnahmegebühr<br>inklusive Mittag- und Abendessen | 129,--Euro |

Name, Vorname, Anschrift, Geburtsdatum, Telefon, E-mail, Verein:  
(Druckschrift, bitte)

Name:

Anschrift:

Tel + Mail:

Verein:

Nach der Anmeldung erfolgt die Bestätigung mit den ersten Informationen über  
Anzahlung und geplanten Ablauf der Trainingstage.

**Der Restbetrag ist bei Campbeginn, vor Ort, in bar zu bezahlen.**

....., den..... Unterschrift.....:.....

# H.W. Niesner

# B a d m i n t o n

# Leistungs-Camp

(TeilnehmerIn)

.....Unterschrift d. Erziehungsberechtigten

## in LANDSHUT / Bayern

**für U15 - U19 (Leistungsorientierte) +  
Aktive vom Fr. 3. Aug. – So. 5. Aug. 2012  
für U11 – U15 vom Mo. 6. – Do. 9. Aug. 2012**

**Mit dem ehemaligen Deutschen und  
Österreichischen Bundestrainer  
*Hans Werner Niesner***

**Ausrichter: Post SV Landshut**

**Hans Werner Niesner, Theodor-Heuss-Str. 72**  
**38444 Wolfsburg, Tel. & Fax: 05361-25601**  
**E-Mail: office@badminton-niesner.de**

**Anreise:**

**Für U15 – U19 und Aktive:** Freitag 3.Aug. um 15.30 Uhr in die Turnhalle des Hans-Carossa-Gymn.

Trainingsbeginn um: 16.00 Uhr

Trainingsende am So. 5. 8. um 18.00 Uhr

**für U11-U15:** Montag 06.08.um 13.30Uhr in die Turnhalle des Hans-Carossa-Gymn.

Trainingsbeginn ist um: 14.00 Uhr

Trainingsende am Do. 09. Aug. 2012 um 18.00 Uhr

**Übernachtung:** wird auf Nachfrage organisiert.

**Halle:** Turnhalle des Hans-Carossa-Gymnasiums, Landshut, Loretoweg

**Leitung und Infos vor Ort:** Alfons Bachhuber, Post SV Landshut

Tel. 0871/32968; E-Mail: ja.bachhuber@t-online.de

**Informationen im Internet:** <http://www.badminton-niesner.de> oder

<http://www.Postsportverein-Landshut.de>

**Anmeldeschluß: 1. Juli 2012**

**SENIOR COACH/Leiter:** Hans Werner Niesner, DBV A-Trainer

**Coaches:** Junior-Coaches (Trainer) zur hospitierenden Fortbildung

**TeilnehmerInnen:**

**Vom 3.8. – 5.8.** leistungsorientierte Spieler ab AK U15 – U19 und Aktive

**Vom 6.8. – 9.8.** Spieler der AK U11 – U15

**Teilnahmekosten:**

**U11-U15 (6.8. – 9.8.): 129,00 Euro Teilnahme incl. Mittag- und Abendessen**

**U15 – U19 (3. – 5.8.): 119,00 Euro Teilnahme incl. Mittag- und Abendessen**

**Aktive (3. – 5.8.): 129,00 Euro Teilnahme incl. Mittag- und Abendessen**

**Übernachtungen werden bei Bedarf organisiert und kommen zum Teilnehmerpreis noch hinzu.**

**Leistungsorientierte U15 können vom 6.8. – 9.8.. teilnehmen; Preis auf Anfrage.**

**Familienrabatt:**

Ab 2 Teilnehmer aus einer Familie minus 5 % pro Person

**Im Preis enthalten:**

- Trainings/Seminar-Teilnahme,
- Mittag- und Abendessen i. d. Halle.
- Für die Kurzpausen: Obst oder Kuchen
- Sämtliche Getränke während der Trainingseinheit.
- bei Bedarf Nahrungsergänzungsmittel (Magn./Calc., Vitamin C)
- mit der Anmeldebestätigung gibt's eine Vorabinformation, wie Ablaufplan und Trainingsschwerpunkte
- Campfotos für jeden Teilnehmer

**Im Preis nicht enthalten:**

- **An- und Abreisekosten der TeilnehmerInnen**
- **Bälle**, jeder Teilnehmer/in hat zum Campbeginn 2 Dtzd Bälle der Marke YangYang 202 abzugeben. Vor Ort zum Sonderpreis .

**Veranstalter und Ausrichter übernehmen keinerlei Haftung für Schäden der TeilnehmerInnen!**

**Trainingsinhalte:**

1. **Badminton Technik**, Methodikausbildung für effektive Technikschiulung bei gleichzeitiger Verletzungsprophylaxe; insbesondere Schlag-, Lauf- und Sprungtechniken. **Videoeinsatz versteht sich!** (Grundlage: NBV Sommer Trainings Plan)
2. **Einzel- und Doppel-Taktik**, mit methodischen Reihen für Fortgeschrittenen- und Spitzenspielerausbildung und spezifischen Sporttheorie-Unterrichtseinheiten.
3. **Mentales Training:** Turniervor- und -nachbereitung. Einstellung auf Situationen in Training und Wettkampf
4. **Erstellung einer Spielerbeurteilung mit Hausaufgabenvorschlag**
5. **Regenerationstraining in Theorie und Praxis**, Entspannungstraining, Dehnfähigkeitstest, Abwärmen, Fußgymnastik,.

**ABLAUF DES CAMPS**

\* Training nach festgelegtem Programm (Theorie und Praxis)  
Täglich drei Trainingsblöcke (Vormittag–Nachmittag–Abend).

\* Gruppen und Individualtraining mit persönlicher Videoanalyse

\* Theorieeinheiten zur leistungssportlichen Lebensführung.

\* Bei der Durchführung des Badmintoncamps wird bei Bedarf auf unterschiedliche Alters- und Leistungsklassen Rücksicht genommen

