

Träning och Matchläger med Ljungby TK på RC

2-3 februari är det dags för ett utbyte med Ljungby Tennisklubb som besöker oss. Vi kommer att vara på hemmaplan och träna och spela matcher ihop. Vi avser att sova på en av squashhallarna (fullt hotell) och utöver tennisen kommer vi även att bowla.

Lämpliga spelare

TG och UG spelare födda 05-09. Kostnad: 550kr/junior där allt ingår (träning, frukost, mellanmål, kvällsmat, bowling). Max antal juniorer: 9st (Först till kvarn)

Medtages:

Luftmadrass, täcke, kudde m.m (vi sover i en av squashhallarna)
Klubbkläder på såklart.

Ledare:

Nicolas Leiva och Magnus Hardstedt

Anmälan gör du till nicolas@rcsport.se **senast 28 januari**.

Välkommen med in anmälan!

Dagsprogram

Lördag 2 oktober

14:30 – Samling

15:00-15:30 Gemensam uppvärmning & fys

15:30-19:30 Tennisträning

19:30-20:00 Dusch

20:00-21:00 Mat

21:00-22:00 Bowling

22:15 läggdags

Söndag 3 oktober

7:30-8:30 Frukostbuffe på hotellet

8:30-11:30 Tennisträning