



BAKU

Bayerische Amateur Kickbox Union e.V.



Gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium des
Innern, für Sport und Integration

Fachverband im
3LSV
BAYERISCHER LANDES-SPORTVERBAND e.V.



Bayernkader Trainingslager Disziplin **Pointfighting**

- Wann:** Anreise Freitag, den 07.05.2021 Eintreffen der Sportler 16:30 bis 17:30 Uhr
Trainingsbeginn: 18:00 Uhr
Ende Sonntag, den 09.05.2021 bis 13:30 Uhr, dann Mittagessen und Abreise
- Wo:** Land Gut Hotel Spirknhof, Rothenwörth 11, 84155 Bodenkirchen
www.spirknhof.de
- Was:** UWV – Technik/Taktik
Sparing unter Wettkampfbedingungen; individuelle Verbesserung der Technik und Taktik auf Basis der Auswertung des ersten Einladungsturniers;
Pointfightingspezifisches Schnelligkeits- und Athletiktraining
Geplant sind 5 bis 6 Trainingseinheiten
- Teilnahmeberechtigt:** Mitglieder des Pointfighting Bayernkaders
- Kosten:** Kadermitglieder (NK1, NK2, Elite) von BAKU-Vereinen (Gemeinnützig) 0 €
Kadermitglieder Masters von BAKU-Vereinen (Gemeinnützig) 140 €
Sportler von außerordentlichen Mitgliedern (nicht gemeinnützig)
Müssen mit relativ hohen Gebühren rechnen – ca. 150 €.
- Unterbringung:** Einzelzimmer
- Anmeldung:** Durch Eintrag in die Excel Tabelle (in der Kadergruppe verlinkt).
- Leitung:** Robert Knödseder (Landestrainer PF)
Alexander Gleixner (Landestrainer PF Jugend/Junioren)
Gebhardt Ruckdeschel (Landestrainer PF)
- Ausrüstung:** Komplette Wettkampfausrüstung, Laufsachen (inkl. Trainingsjacke), Pass, Badesachen, ausreichend T-Shirts zum Wechseln, Schuhe zum Training in der Halle, Getränke, Bayernkaderkleidung für Foto



BAKU

Bayerische Amateur Kickbox Union e.V.



Gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium des
Innern, für Sport und Integration

Fachverband im
3LSV
BAYERISCHER LANDES-SPORTVERBAND e.V.



Hygieneregeln:

Jeder Teilnehmer muss einen PCR-Test, nicht älter als 3 Tage zu Beginn des Lehrgangs vorlegen, zusätzlich wird vor Ort ein Schnelltest gemacht. Weiteres ist dem Hygienekonzept zu entnehmen das allen Teilnehmern im Vorfeld zugänglich gemacht wird.

Eure Landestrainer

Knödseder, Gleixner und Ruckdeschel

Wir wünschen allen Teilnehmern eine gute Anreise und viel Spaß!