

## Was ist das AOK-Biber-Camp?

Das AOK Bibercamp ist eine „Handballschule.“  
Hier trainierst und spielst du,  
gemeinsam mit anderen Jungs und Mädchen, Handball.

### Folgende Trainingsinhalte bieten wir:

Individuelles Training, Wurftechnik, Täuschungen, 1-gegen1-Verhalten, individuelles Abwehrverhalten, Koordination und Athletiktraining.

Trainiert wird in kleinen leistungsgerechten Gruppen, welche täglich mehrere Stationen durchlaufen. Diese werden von unseren lizenzierten und erfahrenen Trainern geleitet.

## Hast du noch Fragen?

Dann ruf einfach an!

**Nikolas Dreyer**

**0173 / 7636861**

[www.tv-hochdorf.com](http://www.tv-hochdorf.com)



# BIBER - CAMP



## AOK-Biber-Camp

**11.10. - 13.10.2019**

**Jahrgang 2006 - 2009**

## Wo findet das AOK-Biber-Camp statt?

Im TV Hochdorf Sportzentrum,  
Im Einolf 2, 67126 Hochdorf-Assenheim

## Was kostet das AOK-Biber-Camp?

für das erste Kind 95€  
für jedes weitere Kind 75€

## Was ist im Preis enthalten?

- Training mit lizenzierten Trainern
- Verpflegung an den drei Camp Tagen (Obst, Gemüse, Mittagessen und Getränke)
- Teilnehmer-T-Shirt

## Wer kann am AOK-Biber-Camp teilnehmen?

Spielerinnen und Spieler der Jahrgänge 2006 -2009  
Anmeldeschluss ist der **22.09.2019**

**ACHTUNG! TEILNEHMERBEGRENZUNG**

## Wer leitet das AOK-Biber-Camp?

Nikolas Dreyer  
Jugendkoordinator des TV Hochdorf

## Tagesablauf

- 09.00 – 09.20 Uhr: gemeinsames Aufwärmen
- 09.30 – 12:00 Uhr: Stationstraining
- 12:00 – 13:00 Uhr: Pause & Mittagessen
- 13:00 – 13:15 Uhr: gemeinsames Aufwärmen
- 13:15 – 15:45 Uhr: Stationstraining
- 15:45 – 17:00 Uhr: Spiele & Wettkämpfe

## Anmeldung

Die Anmeldung für das AOK-Biber-Camp erfolgt unter [www.tv-hochdorf.com](http://www.tv-hochdorf.com) per Online-Formular oder per E-Mail an [Bibercamp@TV-Hochdorf.com](mailto:Bibercamp@TV-Hochdorf.com)

Die Anmeldung ist wirksam nach Eingang der Anmeldegebühr auf dem Konto des TV Hochdorf.

VR Bank Rhein-Neckar,  
IBAN: DE33 6709 0000 0093 8016 01  
Kontoinhaber: TV Hochdorf

Bitte im Verwendungszweck angeben:  
Name, Vorname & BiberCamp

Anmeldeschluss ist der **22.09.2019**

**Achtung! Teilnehmerzahl begrenzt!**

[www.tv-hochdorf.com](http://www.tv-hochdorf.com)