

SLTK PÅ MOURATOGLOU

8-11 SEP 2018



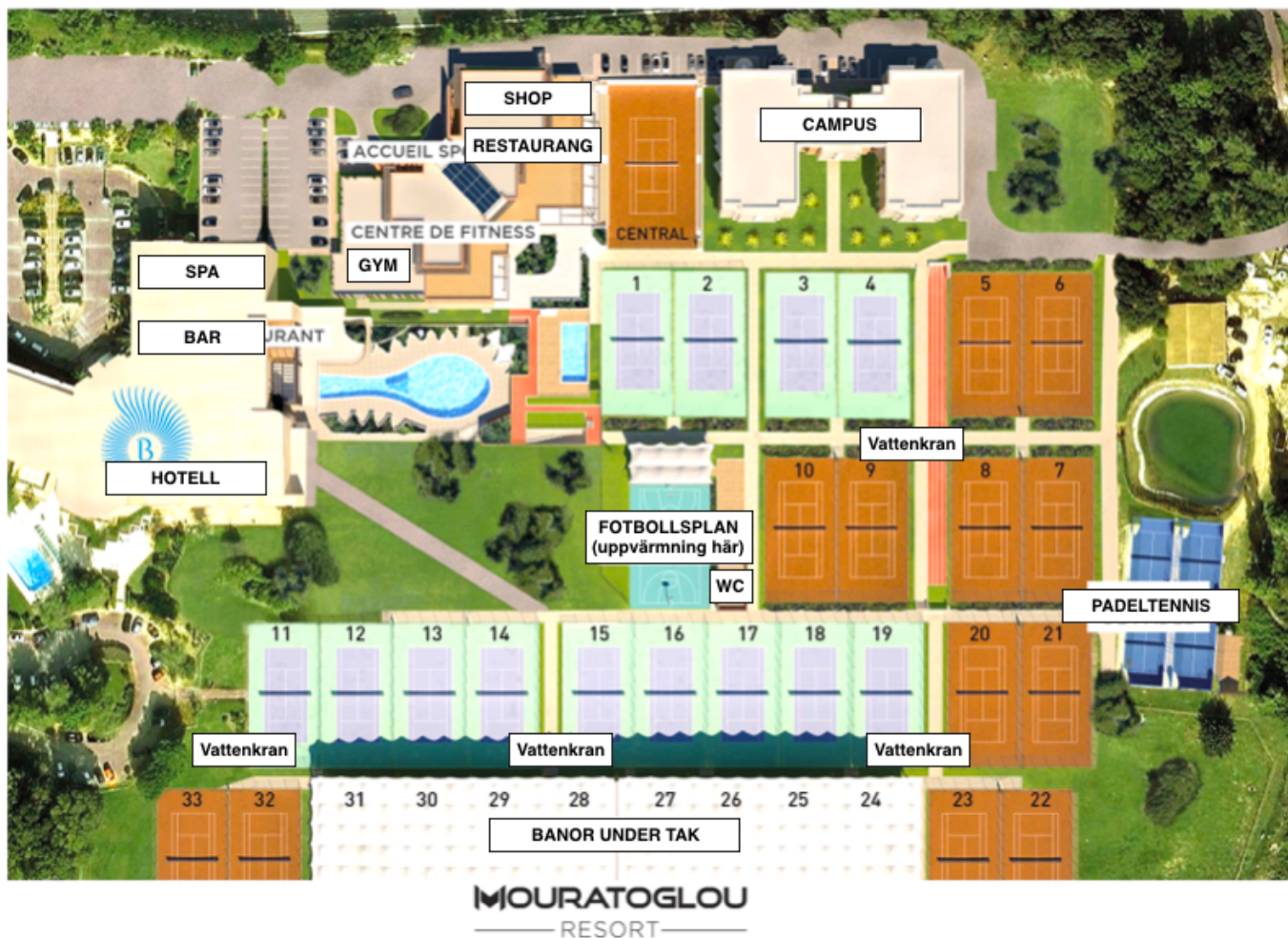
SALTSJÖBADENS
LAWNTENNISKLUBB



Lördag 8/9	
07.35 - 10.35	Flyg från Arlanda: DY4321
11.15	Busstransport från flygplatsen
Ca 11.40	Ankomst till Mouratoglou
12.00-13.00	Lunchbuffé på tennis academy
13.00-13.15	Infomöte för alla på lunchbuffén.
13.30-16.00	Träning röd grupp
16.00-18.30	Träning blå grupp
19.00-21.00	Middag, buffé tennis academy
Söndag 9/9	
07.00-10.00	Frukost på hotellet
07.45-10.00	Träning röd grupp
09.45-12.00	Träning blå grupp
12.00-13.00	Lunchbuffé, tennis academy
12.45-14.50	Träning röd grupp
15.00	Gruppfoto på akademien
15.10-17.00	Träning blå grupp
18.00	Fördrink och tennistaktik med Kent Carlsson (ATP Singel #6)
18.30-20.30	Middag, buffé tennis academy
Måndag 10/9	
06.30-10.00	Frukost på hotellet
07.45-10.00	Träning blå grupp
09.45-12.00	Träning röd grupp
12.00-13.00	Lunchbuffé, tennis academy
13.00-17.00	Sign in-träning, matchspel med tränarna, padeltennis. Se schema.
18.30-20.30	Middag, buffé tennis academy
Tisdag 11/9	
06.30-10.00	Frukost på hotellet
07.30-09.15	Träning alla - mix in dubbel och sign-in, poängspel.
Check-out	Före kl 10.00! Ingen late checkout pga efterföljande konferens.
11.00	Busstransport från hotellet till flygplatsen
13.20-16.15	Flyg till Arlanda: DY4322

Eventuella ändringar meddelas löpande under lägret, vid lunch och middag.

Karta över anläggningen



Deltagarlista

Spelgrupperna meddelas vid uppvärmningen inför varje pass och kan vara olika från dag till dag.

RED GROUP		JUNIOR	RED
Anders	Brenner	Linnéa	Källeskog
Figge	Wijkström	Hannah	Bronett
Andrei	Postoaca	Inez	Bergman
Henrik	Rydén	Buster	Lindqvist
Björn	Nyman	Sid	Tollemark
Johannes	Lundblad	Fred	Hårderup
Maria	Bronett	Valdemar	Bunge
Lena	Wijkström	Axel	Hegerin Jönsson
Mariel	Arboe	Elias	Hagström Galjaard
Wendela	Regnell	Adam	Rydén
Johan	Deltin	Douglas	Brusewitz
Åsa	Hedin	Carl	Eliasson
Kristoffer	Källeskog	Nils	Sandelius
Fredrik	Jerselius	Love	Hirsch
Mattias	Feiff	Konrad	steen
Stefan	Hagström	Lukas	Lindqvist
Mikael	Gustafsson	Carl	Feiff
Andreas	Regnell	Max	Wijkström
Robert	Klättborg		
Suzanne	Allbäck		
Anana	Postoaca		
Anna	Hegerin		
Annica	Malmqvist		
Johanna	Idman		
Tina	Mitic		
Amelie	Cardell		
Anna	Bergman		
Jenny	N.-Eliasson		
Anna	Sandelius		
Charlotta	Olivendahl		
Katarina	Hirsch		
Zusan	Svahn		
Maria	Tollemark		
Lisa	Brusewitz		

BLUE GROUP		JUNIOR BLUE	
Peter	Vennerstrand	Hugo	Steen
Peter	Busck	Erik	Busck
Björn	Hårderup	Philip	Vennerstrand
Mats	Holmlund	Sarah	Oldmark
Jan	Hällström	Tom	Anderlind
David	Nilsson	Harald	Bunge
Stefan	Oldmark	Olle	Borgedahl
Anders	Grudén	Filippa	Källeskog
Johan	Öberg	Elsa	Brenner
Niclas	Bratt	Timothy	Öberg
Anders	Holmgren	Rex	Tollemark
Jakob	Steen	Gustaf	Brusewitz
Anders	Hallberg		
Johnny	Strömberg		
Daniel	Rammeskov		
Anna	Amer		
Lycke	Anderlind		
Cecilia	Andrén		
Maria	Grudén		
Viktoria	Henge		
Anna	Gabrielsson		
Marie	Leffler		
Maria	Amer		
Kia	Palmé		
Sofi	Eriksson		
Maria	Nilsson		
Linda	Rosen		

TRÄNINGSTEMAN:



SALTSJÖBADENS
LAWNTENNISKLUBB



Lördag 8/9

Eftermiddag: Baslinjespel, drills, poängspel utan serve.

Söndag 9/9

Förmiddag: Videoanalys, teknikträning, enklare poängspel.

Eftermiddag: Nätspel, attackera och försvara, poängspel med volley.

Måndag 10/9

Förmiddag: Serveteknik, smash, poängspel med serve.

Eftermiddag: Matchspel med tränarna, Sign-in, Padeltennis.

Tisdag 11/9

Morgon/Förmiddag: Dubbelspel, mix-in turnering.

Backup-plan vid regn

Gruppindelningar till regntennisen görs av tränare och meddelas i förväg vid lunch och middag.

Vi har tillgång till 8 banor under tak. Temat kommer vara sign-in, drills och dubbelspel med olika nivåindelning och ca 6 spelare per bana.

Regnaktiviteter inomhus

- Gym på akademien (ej gymmet vid fotbollsplanen)
- Inomhuspool för max 15 personer på akademien
- Spa på hotellet (bokas och betalas på hotellet)
- Filmrum för juniorerna på akademien/hotellet
- Yoga för tennisspelare på akademien