

Välkomna till vårens bästa pingisupplevelse!

Nordic Table Tennis i samarbete med Japsko arrangerar i vår årets häftigaste pingisläger där du kan kombinera en semestervecka på ett fyrstjärnigt hotell precis vid havet samtidigt som det blir pingisträning i världsklass för parkinson spelare.

Under 6 dagar i april samlas deltagare med diagnosen parkinson i Spanien för att träna och utvecklas tillsammans. Några av Europas bästa tränare är ansvariga för att göra vistelsen till det bästa och mest givande lägret i vår. Samtidigt som det kommer bli ett pingisläger i toppklass kommer även sol, bad och värme kombinerat med god mat göra upplevelsen till ert bästa bordtennisminne!

Vårt mål med lägret är att det ska hålla absolut högsta klass och oavsett nivå på deltagarna så ska ni få ut maximalt av detta lägret. I kombination med detta kommer det även att finnas tid för er att hitta på roliga saker tillsammans. Oavsett nivå kommer vi lösa så att alla får en riktigt bra träningsvecka och en fantastisk upplevelse!

Var och när

I Spanien cirka 5 mil norr om Alicante ligger den mycket vackra och mysiga staden **Altea**. Mellan den **3-9 april** arrangerar vi vårens bästa pingisupplevelse just här.

Kost och logi

Vi bor på det fyrstjärniga hotellet Cap Negret som är beläget precis vid havet och mindre än 600 meter från träningshallen.

I priset ingår boende i dubbelrum samt helpension (frukost, lunch och middag). Det ingår även vatten samt vin till lunch och middag.

Alla måltider serveras som buffé på hotellet och håller absolut högsta kvalitet. Det finns enormt mycket gott att välja på.

På länken nedan kan ni läsa mer om hotellet vi bor på:

<http://hotelcapnegret.es/en/>

Veckoupplägg

Söndag 3 april: Resdag! Välkomna när som helst under dagen, det kommer inte att vara någon träning idag eftersom att deltagarna kommer komma vid olika tider. Vi kommer att ha ett välkomstmöte med information om veckan klockan 19.00, samling vid poolbaren. Mötet är frivilligt och kommer ni med ett senare flyg så får ni informationen dagen efter.

Welcome to our camp in Spain

In the document below you can read all information about the camp in english:

LADDA NER

Parkinson Table Tennis Camp in

Spain.pdf



För vilka

Lägret är riktat till seniorspelare med diagnosen parkinson som är över 18 år. Alla från nybörjare till elitspelare är välkomna och träningen kommer delas in och anpassas efter nivå.



Hall, tränare och sparring

Huvudtränare på lägret är Sveriges och Englands fd. förbundskapten, **Marcus Sjöberg**. Marcus är en av dom mest meriterade och mest framgångsrika tränarna i Europa dom senaste åren. Tillsammans med Marcus kommer även **Stéphane Tradero** (Frankrike) att vara med som tränare. Stéphane har jobbat med flera av dom bästa spelarna i Frankrike och på två olika center där. **Anton Åkesson** som har varit huvudtränare i några av Sveriges

Måndag 4 april:

Samling i receptionen vid 09.00 för gemensam gång till hallen där vi startar med en genomgång om veckan innan träningen börjar.

Träning 2 pass (ca 5 timmar)

Tisdag 5 april:

Träning 2 pass (ca 5 timmar)

Kvällsaktivitet innan middagen

Onsdag 6 april:

Träning 1 pass (ca 3,5 timmar)

Fri eftermiddag / kväll.

Torsdag 7 april:

Träning 2 pass (ca 5 timmar)

Kvällsaktivitet innan middagen

Fredag 8 april:

Träning 2 pass (ca 5 timmar)

Avslutningskväll

Lördag 9 april: Resdag! Välkomna att boka hemresa när som helst under dagen. Vi kommer inte att träna denna dagen.

Kostnad

Kostnad per deltagare: 8990 SEK / del i dubbelrum

Kostnad för medföljande: 5490 SEK / del i dubbelrum

I priset ingår följande:

- Boende på fyrstjärning hotell (del i dubbelrum)
- Hjälpension (Frukost, Lunch och Middag)
- Vin till lunch och middag
- Träning med några av Europas bästa tränare
- Kinaträning för alla

Tillkommande avgifter

- Flygresan till Alicante (boka i tid då Alicante är ett väldigt populärt resmål och priserna höjs hela tiden)
- Tranfer mellan Alicante flygplats och hotellet i Altea (deltagarna bokar sin egen transfer)

Betalning

- Deposition på 3990 SEK per person betalas till bankgiro 5053-4759 (anmälan är giltig när depositionen är inbetald)
 - Resterande 5000 SEK (1500 SEK för medföljande)
- betalas in till samma bankgiro senast 2 månader innan lägret startar.

Information om Corona

Skulle vi av någon anledning (exempelvis Corona) ställa in lägret så betalas såklart alla pengarna tillbaka inklusive depositionen.

På grund av hotellets avbokningspolicy kan vi inte garantera alla pengarna tillbaka vid sjukdom med kort varsel. Vi kommer göra vårt bästa för att försöka få hela beloppet återbetalt av hotellet men tills dess är 50% av depositionen (2000kr) låst som säkerhet och inte garanterat att återbetalas.

Information till anmälda spelare

Flygresor: Kolla gärna in www.flygresor.se för att se om det finns några bra alternativ som passar er. Flygresor.se samlar dom flesta bolagen på ett och samma ställe.

och Norges största klubbar deltar också som tränare. **Pelle**

Hägglund som driver parkinson-pingis i Stockholm och Sverige är också med som tränare under hela lägret.

Som sparring kommer flera duktiga spelare som spelar i dom två högsta ligorna i Spanien att vara med under lägret efter behov.

Hallen ligger mindre än 600 meter från hotellet och är en fullstor idrottshall med 22 bord uppsatta.

**Anmälan**

För att vara garanterad detta priset så är sista anmälningsdagen den 31 januari 2022. Lägret har ett begränsat antal platser och först till kvarn gäller. Anmälan är giltig när depositionen är betald till vårt bankgiro.

Skulle något problem uppstå när ni fyller ut anmälan, vänligen ta kontakt med Anton Åkesson via mejl anton@nordictabletennis.com

Din e-postadress:

Namn och Efternamn

Klubb (om du spelar i klubb)

Personnummer (XXXXXX-XXXX)

Allergier

Ja

Nej

Vid svar JA. Vad?

Ditt meddelande (om du vill tillägga något)

Antal medföljande (som ej deltar på träningarna)

Önskemål boende (om du har någon kompis du önskar dela rum med)

SKICKA

Transfer: Det finns många alternativ att ta sig till Altea, vi skulle rekommendera er att besöka sidan www.benicconnect.com för att se prisvärda alternativ. Det går även att hyra bil för dem som önskar, detta går att göra innan resan men även på flygplatsen.

**Har ni frågor eller funderingar tveka inte på att höra av er till oss för att
få mer information**



Copyright © 2021