

Treningový Kemp KST RAKSIT 2017
KST RAKSIT usporiada letný tréningový kemp

Termín: 3 – 7. 07. 2017

Cena: 150 eur osoba (zahŕňa: 2-fázové tréningy, sparing, obed, pitný režim)

Denný plán:

8:00 Zraz v hale KST RAKSIT, beh po nábregí

9 00 – 11 30 1 Tréningová fáza (pohyb, technika, zásobník, podania)

12 00 Obed

12 30 – 14 00 Oddych

14 30 – 17 45 2 tréningová fáza (podania, športové hry, taktika, pohyb)

18 00 Odchod domov

Prihlášky môžete posielat' mailom: kstraksit@gmail.com

alebo telefonicky: **0915094712** Andriy Sitak

0907129687 Valeriy Rakov