

Treningový kemp KST RAKSIT 2019



Termín: 26.08.2019 - 30.08.2019

Cena: 150 EUR osoba turnus.

Denný plan

8 00	Zraz v hale KST RAKSIT, beh po nabrežiu
9 00 - 11 30	1 Treningova faza (pohyb, technika, zasobnik, podania)
12 00	Obed
12 30 - 14 00	Oddych
14 30 - 17 45	2 treningova faza (podania, sportove hry, taktika, pohyb)
18 00	Odchod domou

Adresa haly KST RAKSIT: Mostná 13, Nitra (areal remeselnickeho centra)

Kontakt na usporiadateľov:

0915094712 Andriy Sitak,

0907129687 Valeriy Rakov

www.raksit.eu