

Program – Swedish Padel camp

Egypten, Aqua Vista – powered by Playitas 15-23 februari2023

Onsdag 15 feb 2023:

Ankomstdag för Köpenhamn och Göteborg. Vi checkar in och äter middag samt en gemensam träff med presentation av gruppen och en genomgång av veckan.

Torsdag 16 feb 2023:

Förmiddag: Träning 1.5-2 tim.

Vi börjar med en mjukstart där vi slår in oss och hittar träffen och vänjer oss med banan.

Eftermiddag: Träning 1.5-2 tim. Vi tränar på slagtekniken

Ankomstdag för Stockholmsgänget. Vi checkar in och äter middag samt en gemensam träff med presentation av gruppen och en genomgång av veckan.

Fredag 17 feb 2023:

Förmiddag: Träning. 1.5-2 tim.

Vi tränar på positionering och rörelsemönstret med sin partner.

Eftermiddag: Träning 1.5-2 tim. Matchtaktiska spelövningar

Lördag 18 feb 2023:

Förmiddag: Träning 1.5-2 tim. Vi spelar in oss och börjar jobba med slagtekniken.

Eftermiddag: Träning 1.5-2 tim. Vi tränar på väggens beteende och hur vi använder den samt kommunikationen med vår partner i matchspel.

Söndag 19 feb 2023:

Förmiddag: Vi tränar vidare på slagtekniken, säkerhet och precision.

Eftermiddag: Träning 1.5-2 tim. Matchtaktiska spelövningar

Måndag 20 feb 2023:

Förmiddag: Träning 1.5-2 tim. Positionering och rörelsemönster med sin partner

Eftermiddag: Träning 1.5-2 tim. Serve & retur träning.

Tisdag 21 feb 2023:

Förmiddag: Turneringspel

Eftermiddag: Turneringspel

Onsdag 22 feb 2023:

Hemresa för Köpenhamn & Göteborg.

Förmiddag: Träning 1.5 tim. Vi tränar vidare på slagtekniken.

Eftermiddag: Träning 1.5 tim. Vi tränare på specialslag t.ex bandeja, chiquita m.m

Torsdag 23 feb 2023:

Hemresa för Stockholmsgänget.