



# BASEBALL TEAM EGYESÜLET



2030 ÉRD, Kende u. 3.

Adóig. Szám: 18707276-1-13  
MKB 10300002-10395392-49020014

www.erdbaseball.hu

## Érdi Serdülő Baseball Tábor

13-16 éves korú játékos számára

**Időpont:** 2013. július 21 – 25.

**Helyszín:** Érdi baseballpálya, Mecset u. Ófalu.

**Résztevő edzők:** Együttműködő edzők az érdi baseball csapatból, amerikából és a MOBSSZ részéről.

### A tábor leírása:

A tábor maximum 20 fő 13-16 éves korú játékos számára. Hanem helyiek a szállás és étkezés az OnéziMusz Alapítvány központjában lesz Érdén (Bajuszfű utca 15).

A célunk az, hogy a résztvevők fejleszthessék képességeiket mind általánosan, mind mezőnyjátékos pozíciójuk alapján. Lesz speciális edzés dobójátékosok és fogók számára, valamint más, belső és külső mezőnyjátékosoknak is. Szintén tervezzük a személyiségfejlesztéssel kapcsolatos keresztény-szellemű előadások tartását a következő témákban: Hogyan álljunk talpra vereség után. Hogyan kontrolláljuk az indulatokat és használjuk fel őket arra, hogy jobb játékosok váljunk. Hogyan tartsunk jó kapcsolatot a játékosársainkkal. Milyen a jó játékszellelem és hogyan legyünk sportszerűek. A megfelelő mentális állapot elérése és megtartása a sportban.

### A tervezett menetrend:

Július 21. Vasárnap – 15.30 – 16:00 A résztvevők érkezése Érd-Ófalu Sporttelepre.

16.00-17.00 Játékos baseball feladatok az egész családnak

17.00 Grill parti vacsora minden játékosnak és kísérőiknek (szülők, edzők, testvérek)

17.30 Bemutatkozás és a tábor céljainak ismertetése

Július 22 – 25.

8.30 – Reggeli (Érdiek találkozunk a pályán vagy Stop-Shop parkolójában 8:45)

9.00 – 11.00 Baseball-készségek gyakorlása.

11.00 – 11.45 Személyiségfejlesztő program (előadások, viták, csoportos gyakorlatok)

11.45 – 13.15 Baseball-készségek gyakorlása.

13.30 Ebéd

14.00 Úszás (kedd és csütörtök), Különleges versenyek, és stb.

15.30 Baseball mérkőzőhelyzet gyakorlása

18:00 Napi résztvevők haza mennek Stop-Shopba és a többiek a szállásra

18.30 Vacsora

19:30 Sportfilmek vetítése, csapat játékok

Július 25 csütörtök – 16.30 Bemutató meccs a szülőknek és díjkiosztás

19.00 Indulás haza

**költségek:** Érdiek 8.000 ha otthon a szállás és reggeli-vacsora,és program vagy 18 000 Ft (Szállás, étkezés is)

**Jelentkezés:** Lingenhoel Terry-nél Kende u. 3 Érd 2030 erdbaseballcoach@gmail.com 06-20-886-1122

### Jelentkezési lap

Vezetéknév: \_\_\_\_\_ Utónév: \_\_\_\_\_ Születés dátuma: \_\_\_\_\_

Cím: \_\_\_\_\_ mobil: \_\_\_\_\_ Email: \_\_\_\_\_

Gond esetén értesítendő mobil: \_\_\_\_\_ Csapat neve ha van: \_\_\_\_\_

Különleges étrendi kívánság: \_\_\_\_\_