



VELKOMMEN TIL DEN BEDSTE OFFENTLIGE
BORDTENNIS TRÆNINGLEJR I VERDEN

B75 INTERNATIONAL TABLE TENNIS CAMP 2021

Hjørring, Danmark 4 til 19 dage fra 13 Juli - 31 Juli 2020



VERDENSKLASSE TRÆNING

- 32 trænere hver uge, 7 er fra Kina. Hver gruppe af 16 spillere har 4 trænere.
- Der er internationale topspillere i den bedste gruppe som sparring, så alle i lejren kan træne opad.
- En af trænerne optager spillerne på video og samtaler med dem om optagelsen under træningen.
- Alle spillere får en individuel undervisningsplan med hjem fra lejren.
- Der er dagligt to 2 ½ time træning. Den ene er individuel med kinatræning.
- Fysioterapeut er tilknyttet lejren.
- Der laves højt specialiseret mad hver dag både vegetarisk og med kød.

INTERNATIONALE SPILLERE PÅ ALLE NIVEAUER

- 128 spillere hver uge fra mere end 40 nationer.
- Niveautet er fra landsholdspillere til begyndere.
- Alderen spænder fra over 70 år og til under 10 år. Under 11 år kun ifølge med en voksen.
- Lejrens værdier gennemsyres af respekt og nærvær.

PRISER OG TILMELDING:

Du tilmelder dig ved at gennemføre et registreringsskema på <https://b75.nemtilmeld.dk>

Du kan registrere en, to eller tre "trænings uger". En trænings uge er 4 dage. Der er en hviledag mellem hver uge totalt varer lejren 19 dage.

PRISER PR. UGE INKLUSIV TRÆNING, OVERNATNING OG MAD

392 € i et klasseværelse, du medbringer selv madras, lagen, pude og dyne

417 € i et rum med 4 senge.

474 € i et double rum

653 € i et single rum

310 € Træning uden overnatning og mad, dog med frugt i pauserne.



ANDRE PRISER:

Ekstra nat: De fleste spillere overnatter en ekstra nat før eller efter lejren. Dog skal man forlade sit rum ved check out og får tildelt et nyt rum.

En ekstra nat, der også inkluderer et måltid koster 33 €.

Taxi shuttle: Kommer du med fly, tog eller færge kan du bede om vores Shuttle service til lejren fra :
Aalborg lufthavn 18 € for enkelt og 36 € for retur.

Hirtshals eller Frederikshavn færgeterminal 11 € for enkelt og 22 € for retur.

Hjørring jernbanestation 4 € for enkelt og 8 € for retur.

Leje af linned, dyne eller pude: Alle rum undtagen klasseværelse har seng, madras og lagen.

Du kan medbringe din egen dyne eller sovepose samt pude. Eller du kan leje dyne og pude af os for 14 € pr. uge. Du skal selv medbringe håndklæder.

Ekstra måltider: Hvis du har valgt at bo udenfor lejren eller er på besøg, kan du købe dine måltider:

Prisen er: Morgenmad 7 €, Middagsmad 8 €, Aftensmad 11 € og "aftenskafe" 7 €.

SPILLERNES TRÆNERE ELLER FORÆLDRE ER MERE END VELKOMMEN TIL LEJREN:

B75 International Table Tennis Camp also ønsker at spillerens træner eller forældre skal følge med hvis de har lyst og mulighed. Hvis du kommer som træner eller forældre hjælper vi dig med at få mest ud af opholdet.

Forældre og trænere får 30% discount ud fra spillerens priser

HAR DU SPØRGSMÅL SÅ KONTAKT:

lars@rokkjaer.com

B75ben@gmail.com

COVID-19:

Hos B75 tager vi COVID-19 alvorligt, og vi vil ikke risikere at trænerne, spillerne eller deres forældre bliver udsat for smitte i løbet af vores lejr. For en sikkerheds skyld, skal alle deltagere testes negativ før lejren. Personalet bliver også testet før lejren.

Derudover, vil det ikke være muligt at komme ud af "boblen". Vi vil sikre, at "boblen" er tryk og deltagerne har alt de behøver indenfor "boblen".



PRÆSENTATION AF TRÆNERNE

The following are the coaches, however, there may be some changes which you will be able to view on our homepage www.b75.dk



Tanja Helle:
Hollandsk mester i Double.
Professionel bordtennisspiller.
Stort træner talent. Uddannet på B 75s akademi.



Louis Chaerle
Fransk bordtennisspiller.
Uddannet på B 75s akademi.



Ellen Colliander
Svensk bordtennisspiller.
Uddannet på B 75s akademi.



Nicklas Bjerregård
Uddannet Dansk ungdomstræner. Uddannet på B 75s akademi.



Christian Flader
Professionel tysk træner.
Leder af bordtennisskolen: TT Spindocor



Julien Contu:
Gymnasielærer (fysisk uddannelse) Bordtennis træner i Boston, USA 2012-2014. Professionel træner i Frankrig. Lærer i uddannelsesvejledning på gymnasie.



Mario Genovese:
Cheftræner og CEO på Hitt Malta Bordtennis Akademi. ITTF træner



Isabelle Joubely
Tidligere landsholdspiller i England.
Uddannet på B 75s akademi.



Richard Pelc
Educated at the B75 Academy
Bordtennisspiller og træner i England.
Uddannet på B 75s akademi.



Rory Scott
Professionel engelsk træner.
Uddannet på B 75s akademi.



Alexander Borovik
Professionel træner i Rusland.
En del af trænerteamet bag det russiske udviklingslandshold.



Simon Nykær-Fisher
Landstræner på Færøerne.
Talentudvikler i Viby og region Jylland.



Elena Timina.
Tre gange OL deltager for Holland. Tidligere landstræner for Holland. Nuværende professionel træner i Schweiz.
Elena Timina: "Det er trænerne som bliver vænnet til spillernes stil og præferencer.



Martin Buch Andersen.
U 21 landsholdsspiller for Danmark. Martin er ikke bare en god spiller, men er rigtig dygtig til analyse.



Patrick Lui
2013 – 2017
Hong Kong Bordtennis forbund.
• Træner for Hong Kong junior spillere
• Assisteret i at udarbejde træningsprogrammer.
Fra 2018 professionel træner og spiller i Sverige.



Theophile Dhotel
Theophile er træner i Pioneer Union CreusotVarennis.
Træner for elite spillere ved nationale turneringer.



Maria Christoforaki
Træner og spiller i Sverige. Græsk landsholdsspiller. To sejre over Top 50 spillere. Maria er en passioneret træner med fokus på yngre spillere.



Christian Björklund
Svensk toptræner med den højeste svenske uddannelse. Christian arbejder med spillere på alle niveauer fra begynder til elite. Han er fuldtidstræner og uddanner trænere for det svenske forbund.



Qiuxia Li Professionel Kinesisk træner. Træner for amerikansk klub i 2013-2014. Sportschef for Lexiang Bordtennis klub fra 2014-nu. Taler både dansk og engelsk. Chinese coach. United State



Tarek Hassan Shahin
Professionel træner i Egypten.
Tidligere træner for Egypten. Træner for Omar Assar og hans bror Khaled Assar. Tidligere træner for B 75.



Bojan Besinger
Udvikler af High Performance Course & professionel træner. Han er kendt for at være online træner og organiserer high-performance træningskurser i hele Tyskland med sit træner-team. Deruover hjælper han ambitiøse spillere på YouTube og Instagram til at udvikle deres spil - mytischtennis.de



Andreas Rokkjær
Træner i B 75s internationale Hot Spot. Ekspert i at lave individuelle udviklingsplaner. Uddannet efter filosofien fra campen.



Ralf Hamrik
 Professionel tysk træner.
 Nuværende deltidstræner.
 Cheftræner fra 1997-2013.



Jan Berner
 Højeste uddannelse i Sverige
 level 4.
 22 år som landstræner for
 Norge, Australien, Finland,
 Estland og Færørene.
 OL i 2004 og mange
 verdensmesterskaber som
 træner.
 Arbejdet for ITTF i flere end
 25 lande. Snakker 5 sprog.
 Nuværende træner for Oslo
 BTK.



Michaela Karlsson.
 Svensk ungdoms
 landstræner. Uddannet i
 Sportspsykologi. Tidligere
 landsholdsspiller for
 Sverige. Professionel spiller
 i Grækenland.



AnShu
 En af de bedste spillere i
 Sverige i mange år. AnShu
 er en kompetent træner.
 Mange gode svenske
 spillere har brug AnShu som
 personlig træner. Snakker
 både svensk og engelsk.



Shi Weidong
 Har boet i Spanien i 16 år.
 Landstræner for Spanien.
 Han har spillet i den spanske
 liga. Har vundet den
 spanske liga 3 gange og den
 spanske pokalturnering 1
 gang. Højrehåndet offensiv
 spiller.



Istvan Moldovan
 Sportspsykolog og tidligere
 top 100 i verden. Uafhængig
 Topsport-træner i Halmstadt
 i Sverige. Designer af "the
 Feedback Structures".



Zhao Weiguo
 Tidligere kinesisk
 landsholdsspiller. Kinesisk mester
 i mix double. Forsvarsspecialist
 med lange knopper. Pro A spiller
 og cheftræner i Argentan Bayard,
 Frankrig.



Claus Arnsbaek
 Regionstræner på Fyn. Pro
 tour træner for danske
 ungdomslandsholdspillere.
 Cheftræner for OB. Har et specielt
 talent for at udvikle talenter.



Fredrik Asklund
 Fredrik Asklund, en af
 medstifterne af "the Camps".
 Tidligere ansvarlig træner for
 svenske unge 99-01 på nationalt
 niveau. Ekspert i pædagogik.



Christine Loyrion
 Erfaren cheftræner ved Romans
 sur Isère, Frankrig. Udviklet
 mange af de nuværende unge
 franske internationale spillere.
 Butterfly's "coach of the year" i
 2018.



Etienne Thibaut
 Senior træner ved både Genas og
 Caluire.
 Ansvarlig for al klubtræning.
 Co-leder af elite gruppen med
 Christine Loyrion.



Gang Xu
 Fransk træner i 9 år. Har trænet
 det franske landshold alle steder
 i Europa.
 Træner for det paralympiske
 franske hold i 2016.
 Træner for Pro A i Frankrig.



Robert Svanberg
 Træner i 15 år for mange svenske
 elite spillere. Cheftræner for
 Spårvägen Bordtennisklub i
 Stockholm. Assistenttræner for
 det paralympiske hold i Sverige.



Yana Timina
 Russisk fødte Yana Timina,
 Cheftræner for
 Amsterdam TT. Ansvarlig for de
 hollandske pige talenter.



Thomas Johansson
 Træner i Spårvägen
 Bordtennisklub i Stockholm.
 Træner for Appelgren og Waldner
 i Ångby.
 Meget erfaren, to-sidet multibold
 træner som har ledt mange
 svenske internationale
 ungdomscamps.



Provas Mondal
 Provas Mondal er en
 professionel toptræner.
 I mange år en af
 toptrænerne på Werner
 Schlager Academy.
 Træner ved mange ITTF
 camps. Nuværende
 træner i Stockholm.



Aleksey Yefremov
 ITTF High Performance
 træner fra Hviderusland,
 udarbejdet flere end
 50 ITTF og ETTU
 træneruddannelses
 kurser og træningscamps
 inklusiv ITTF World
 Hopes, Eurokids og
 Eurotalents. Har været landstræner
 for mange lande: Guatemala, Indien,
 Egypten, Columbia, Peru, Saudi Arabien.
 Nuværende træner for Norge.



Amandine Bauduin
 Toptræner hos the St.
 Cyr sur Loire bordtennis
 klub med 180 spillere.
 Amandine har spillet
 siden hun var 3 år
 gammel. Hun er træner
 for landsholdspillere
 med psykisk handicap.





PROGRAM

Første dag (13., 18., 23., og 28. Juli)	Anden dag (14., 19., 24., og 29. Juli)	Tredje dag (15., 20., 25., og 30. Juli)	Fjerde dag (16., 21., 26., og 31. Juli)	Hviledag (17., 22., 27., and 31 Juli)
0845 - 0900 Opening gathering	0730 - 0830 breakfast	0730 - 0830 breakfast	0730 - 0830 breakfast	0730 - 0830 breakfast
0915 - 1045 Coaches and players present themselves to each other	0845 - 0915 Morning stretching	0845 - 0915 Morning stretching	0845 - 0915 Morning stretching	0845 - 0915 Morning stretching
1100 - 1230 Training session 1	0930 - 1200 training session 1	0930 - 1200 training session 1=competition part 1	0930 - 1200 training session 1	0930 - 1200 training session 1
1230 - 1315 Lunch	1200 - 1245 lunch	1200 - 1245 lunch	1200 - 1245 lunch	1200 - 1245 lunch
	1315 - 1340 Recovery	1315 - 1340 Recovery	1315 - 1340 Recovery	1315 - 1340 Recovery
15.00 Official opening ceremony	1500 - 1730 training session 2	1500 - 1730 training session 2	1500 - 1730 training session 2	1430 - 1700 training session 2, final report for who leaves
1530 - 1800 Training session 2				
1815 - 1915 Dinner	1745 - 1845 dinner	1745 - 1845 dinner	1745 - 1845 dinner	1745 - 1845 dinner
1930 - 2100 Planning players and coaches	1900 - 2000 Evening activity	1900 - 2000 Midweek feedback	1900 - 2000 Evening activity	1900 - 2000 groups session feedback and service for those who stay
	2000 - 2100 Mental training		2000 - 2100 Mental training	
2100 - 2130 Supper	2100 - 2130 supper	2100 - 2130 supper	2100 - 2130 supper	2100 - 2130 supper
2200 - Bedtime youngsters	2200 - bedtime youngsters	2200 - bedtime youngsters	2200 - bedtime youngsters	2130 - social gathering for the kids and informal meeting trainers
2230 - Bedtime all players	2230 - bedtime all players	2230 - bedtime all players	2230 - bedtime all players	
2230 - 0000 Adults over 21 years can relax in the restaurant. Both players and coaches.	2230 - 0000 Adults over 21 years can relax in the restaurant. Both players and coaches.	2230 - 0000 Adults over 21 years can relax in the restaurant. Both players and coaches.	2230 - 0000 Adults over 21 years can relax in the restaurant. Both players and coaches.	2230 - 0000 Adults over 21 years can relax in the restaurant. Both players and coaches.





OVERNATNING PÅ HALVORSMINDE I 2, 3 ELLER 4 PERSONERS VÆRELSER



Halvorsminde Efterskole og Fri Fagskole
Halvorsmindevej 107-109, DK-9800 Hjørring

www.halvorsminde.dk

