



Salzburger Squash Racket
Verband

Trainingslager Salzburg



SPORT
UNION

Leitung:

Adam Giles (GB) und
Jason Pike (GB)

Beginn:

Freitag,
10. Februar 2012, 10:00 Uhr
bis Sonntag,
12. Februar 2012 16:00 Uhr

Ort:

Tennis-Squash-Süd
5020 Salzburg
Berchtesgadnerstr. 35

Teilnehmer:

Jugend U23

Paketpreis:

170 € inkl. 2 Nächte mit
Frühstück, 3 x Mittag- und
2 x Abendessen

Anmeldung:

Rosmarie Rehman
info@bella-vita-salzburg.at
0660/8122934

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr! Bei der Jugend gilt
Schutzbrillenpflicht! Der Veranstalter SSRV übernimmt keine Haftung!



Salzburger Squash Racket
Verband

Squash Camp Salzburg



SPORT
UNION

Coaches:

Adam Giles (GB) and
Jason Pike (GB)

Start:

friday,
10. february 2012, 10:00 am.
till sunday,
12. february 2012 04:00 pm.

Place:

Tennis-Squash-Süd
5020 Salzburg
Berchtesgadnerstr. 35

Participants:

age group U23

Package price:

170 € incl. 2 nights with
breakfast, 3 x lunch and
2 x evening meal

Contact:

Rosmarie Rehman
info@bella-vita-salzburg.at
0660/8122934

We are not responsible for any injuries! The players must wear squash goggles! The organizer SSRV is not liable!

Trainingslager Salzburg



Daily Schedule.

Friday

10am-11am

Introduction - Warm up.

11am-12:00

Match Play

12pm-1pm

Lunch

1pm-2:30pm

Group Training (Routines)

2:30pm-3:30pm

Individual Coaching Sessions

3:30pm-4pm

Fitness



Trainingslager Salzburg



SPORT
UNION

Daily Schedule.

Saturday

10am-12am

Tactical Session

12am-1pm

Lunch

1pm-3pm

*Match play and Condition
practice*

3pm-3:30pm

Squash Workshop

3:30-4pm

Fitness



Italienische
Spezialitäten

Bella Vita

Pakistanische
Spezialitäten



Trainingslager Salzburg



SPORT
UNION

Daily Schedule.

Sunday

10am-12am

Condition Games and Movement

12am-1pm

Lunch

1pm-4pm

Squash Camp Tournament.