



NORGES VOLLEYBALLFORBUND

Informasjon fra landslagstrener i sandvolleyball, Eskil Holtan

Landslagssamlinger i forkant av 2012-sesongen

Det planlegges i år 2 landslagssamlinger utenlands som del av oppkjøringen til årets sesong. Det vil til sammen være mulighet for 6 ukers trening utenlands med oppfølging fra trenere tilknyttet landslagene; inntil 3 uker på Tenerife og inntil 3 uker i Alanya.

Tenerife

Som et ledd i å utnytte ressursene som brukes på landslagene i sandvolleyball best mulig inviteres landslagsspillere til treningssamling på Tenerife i forbindelse med de norske kontraktslagenes opphold 17. - 31. mars. Gjennom å utvide dette oppholdet med en ekstra uke (påskeuka) vil man kunne få inntil 3 ukers trening på Tenerife.

	Dato	Utøvere	Trenere	Kolliderende aktivitet
Uke 12	Lør 17. mars - lør 24. mars	Kontraktslag + landslag	Martin Engvik og Eskil Holtan	- NM19: 16. - 19. mars - Siste runde eliteserien 17. - 18. mars
Uke 13	Lør 24. mars - lør 31. mars	Kontraktslag + landslag	Martin Engvik og Eskil Holtan	- Grand Prix: 24. - 25. mars
Uke 14	Lør 31. mars - lør 7. april	Landslag	Eskil Holtan	

Det legges opp til 8-9 balløker og 3 styrkeøker per uke, der minimum 5 av balløktene blir gjennomført med trener.

NVBF vil være behjelpelig med booking av hotell slik at gruppa bor samlet. Pris på hotellet er 60 EUR pr døgn og inkluderer frokost, lunsj og middag. Det er opp til den enkelte å sørge for flybilletter. Norwegian har avganger flere ganger i uka til ok pris. NVBF stiller med trenerkrefter og organisering av samlingen.

Alanya

I år som i fjor kjører vi landslagssamling på Palm Beach i Alanya, Tyrkia i samarbeid med Høidalen/Kjemperud Beach Camp. Det vil være mulig å delta i 1, 2 eller 3 uker med avreise fra Norge lørdag 21. april, 28. april eller 5. mai. Ytterligere info om samlingen kommer i løpet av uka. (Ta kontakt med undertegnede eller Vegard ved spørsmål.)

Tilbakemelding

Jeg trenger en foreløpig tilbakemelding på hvem som kan tenke seg å ta del i Tenerifeoppholdet innen **onsdag 1. februar** og Tyrkiaoppholdet innen **onsdag 15. februar**. Meld også inn hvilke uker det er ønskelig å være med. Det er ikke snakk om bindende påmelding, men trenger disse tilbakemeldingene for å kunne anslå et noenlunde riktig antall utøvere samt reservere hotellrom på Tenerife.

Ved stor interesse for deltakelse på Tenerife, er det mulig det må gjøres et uttak blant de interesserte.

For de av dere som har kolliderende aktivitet innendørs er det viktig å avklare eventuell deltakelse med klubb!