



ESV Lokomotive Pirna e.V. Trainingslager



Die Handballer des ESV Lok Pirna e.V. laden alle jungen Spieler der männlichen

B-, C-, D- und E-Jugend

zum offenen Trainingslager in den Winterferien 2012 rechtherzlich ein. Lasst Euch von den Profis des ESV Lok Pirna aus der 3. Liga Ost und von **Christian Fitzek** (ehemaliger Trainer HSV Hamburg, Bundesligaprofi und Nationalspieler) alle Tricks, Varianten und Würfe beibringen.

- Datum:** 13.02. - 17.02.2012
- Zeit:** 09.30 - 14.30 Uhr
- Wo:** Sonnenstein-Arena
Struppener Str. (neben Kaufland)
01796 Pirna
- Trainer:** **Christian Fitzek (ehem. Trainer HSV Hamburg)**
Profis des ESV Lok Pirna (3. Liga Ost)
Jugendtrainer des ESV Lok Pirna
- Kosten:** 3,20 € / Tag für Mittagessen (16,00 € / Woche)
- Anmeldung:** Maik Freudenberg
ESV Lok Pirna Handball GmbH – Nachwuchs
Telefon: 0175-5375165
E-Mail: m.freudenberg@handball-pirna.de
- Inhalte:** Torwarttraining mit Mario Percin / Sven Grathwohl
Angriffs- und Abwehrtraining
Training der offensiven Abwehr
Training der DHB-Rahmentrainingskonzeption
Training von Technik, Kondition, Koordination und Spiel