

Trainingskamp Diessen 1 t/m 5 oktober 2018
Vertrek en trainingsdag 1
1 oktober 2018

Trainers: Veeg (Vuyisile) Mbula
Fysiotherapeut: Yentl van Ieperen
Cameraman: Aron Jeronimus
Begeleiders: Shaida Freese & Gerard Meijers

Maandagochtend 7:30 verzamelen de eerste en tweedejaars U14's aan de Klaverstraat naar trainingskamp Diessen. Nadat de bus is ingeladen rijden we precies om 8:00 uur naar Diessen. Om 10:10 worden we warm ontvangen in Diessen, als ze wat ouder zijn zullen ze zich vast realiseren hoe luxe deze locatie is! Shaida maakt samen met de spelers een "hoe gaan we met elkaar om" lijst die als leidraad dient voor de rest van de week. Belangrijk hierbij is dat er respectvol met elkaar en met de ruimte die we in bruikleen hebben wordt omgegaan. Om 10:30 start de training op het veld die op accommodatie ligt. Tijdens deze trainingsochtend trainen ze skills. Na de training lopen de spelers weer terug naar de boerderij en staat er een overheerlijke lunch voor ze klaar. Na de lunch weer trainen, tijdens deze middagtraining trainen de spelers op attack en defense. Na de middag training is er tijd voor huiswerk. Als er een vraag is over het huiswerk zijn er begeleiders die helpen en uiteraard wordt er onderling ook kennis uitgewisseld. Na het huiswerk lekker douchen en even vrije tijd tot aan het diner. Na het diner weer huiswerk maken en dan een film tot 21:00. Tandpoetsen en lekker onder de wol, morgen weer een dag vol Rugbytraining, huiswerk en andere indrukken.





