

## Veteranlandslagsläger 4-5 juni i Eskilstuna

Nu är det dags för ett Veteranlandslagsläger för de som har ambitioner till att tävla i Svenska veteranlandslaget 2022, styrkelyft som bänkprens, med och utan utrustning. Extra lämpligt (inget krav) för dig som kommer att tävla i utrustnings EM i Eskilstuna senare i sommar.

Denna gång finns möjlighet att lyssna på en föreläsning som Veteranlandslagsansvarige själv, Amit Selberg, kommer att håll i. Föreläsningen kommer att gå igenom träningslära, vilka viktiga variabler som påverkar träningen samt hur man tränar och optimerar dessa variabler samt träningsplanering.

Du som anmäler dig skall uppfylla landslagsuttagningskriterierna för detta år. Det som även gäller är att inneha en giltig tävlingslicens.

Lägret är uppdelat i fyra delar, du väljer själv i anmälan/enkäten vilka delar du önskar att delta.

1. Lördag, träning valfri delgren, start klockan: 12:00
2. Lördag, föreläsning med Amit Selberg, cirka klockan 17:00, gemensam samling vid stora entrén på Munktellarenan.
3. Lördag, gemensam middag, klockan: 20:30
4. Söndag, träning valfri delgren, start klockan: 10:30 – 14:00

Lägret kommer att hållas i ASK Eskilstunas lokaler på Munktell arena. För att begränsa antal människor och att det blir fokus på rätt målgrupp så finns det inte utrymme att ta med sig en tränarkompis eller sin coach.

Anmälningsslänk: <https://forms.office.com/r/C1ibaTC4EF>

När: 4 – 5 juni 2022

Vart: ASK Eskilstunas lokaler, Munktellsgatan Eskilstuna

Målgrupp: Att ha ambitioner att tävla i Svenska veteranlandslaget 2022

Kostnad: Gratis, fast ni själva står för eventuell resa, kost och logi

Förslag på logi: Bolinder Munktell, Clarion Collection Hotell. Hotellet ligger 1 minuts promenad ifrån Eskilstuna ASK.

Om ni väljer att bo på ett Scandic Hotell så kan ni använda er av SSF avtalskod för bättre pris: D632674008

Anmälan: Det finns begränsat antal platser så det är först till kvarn som gäller, du anmäler dig genom denna länk. Sista anmälningdag är 27 maj.