****

**Beste schermer,**

Bij deze nodig ik je van harte uit om deel te nemen aan de nationale trainingsstage van de selectie Floret (FBT) . De stage is toegankelijk op uitnodiging van het FBT en deelname is een onderdeel van de kwalificatiecriteria voor de EK’s en WK’s dit seizoen.

Op zaterdag en zondag is de training voor cadetten, junioren en senioren die in de doelgroep passen, als ook voor pupillen die al meedraaien in het FBT programma. Op vrijdagavond kan je zonder kosten extra trainen bij HS. Op zaterdag zijn er fysieke testen als onderdeel van de kwalificatieprocedure. Op zondag doen ook overige pupillen en benjamins mee. Benjamins en pupillen kunnen worden voorgedragen voor deelname aan deze training dag door de eigen trainer. Zie bijlage criteria uitnodigen talentvolle jeugd.

**Locatie**

Schermzaal HollandSchermen. Sportcomplex De Meent, Terborchlaan 301, 1816MH Alkmaar

**Programma**

**Vrijdag 30 augustus**

|  |  |
| --- | --- |
| 19:00 - 21:00 HS clubtraining (optioneel) | Trainer workshop FBT o.l.v. bondscoach |

**Zaterdag 31 augustus**

|  |
| --- |
| 10:00 - 12:30 Training 1 / Fysieke testen |
| 12:30 - 13:30 Lunch |
| 13:30 - 16:30 Training 2 |

**Zondag 1 september**

|  |
| --- |
| 10:00 - 12:30 Training 3 |
| 12:30 - 13:30 Lunch |
| 13:30 - 16:30 Training 4 |

**Kosten**

Deelname bedraagt €25,00 per dag, oftewel €50,- voor de gehele stage. Dit bedrag graag overmaken vóór 24 augustus op rekeningnummer **NL21 INGB 0680 3119 55** ten name van de Koninklijke Algemene Nederlandse Schermbond **onder vermelding van Trainingsstage FBT augustus 2019 Alkmaar**, **naam schermer**.

**Aanmelden**

Indien je deel wilt nemen aan de stage, meld je dan aan bij de trainers via Topsportcoordinator@knas.nl met cc naar nationale.trainingsstage@gmail.com.

**Overnachten**

Mocht je willen overnachten in de nabijheid van de locatie, neem dan contact op met Jeroen Divendal jdivendal@gmail.com

De data van de komende FBT stages en andere info over het FBT zijn te vinden op de site van de KNAS. <https://www.knas.nl/node/3282>

Met vriendelijke groet,

Sonja Tol

Coördinator Topsport

Koninklijke Nederlandse Algemene Schermbond