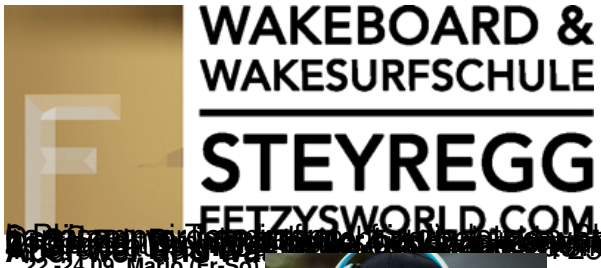
Du hast das Jahresziel noch nicht erreicht, der Invert will einfach nicht funktionieren? Dann hat Fetzy noch ein Angebot für Dich. Ein drei tägiges Wakeboardcamp am Salmsee zum Special Preis. Spare 50€ und buche eines der beiden letzten Camps des Jahres.





22.-24.09. Mario (Fr-So)



Nach 2 Jahren harter Lehrzeit bei Fetzy hat Mario seit 2016 seine eigenen Camps! Er hat selber seine ersten Inverts und Basic Tricks bei Fetzy gelernt, kann sich also bestens in euch hinein versetzen. Ob Anfänger oder Fortgeschrittene, Mario kommt mit allen Schülern und Situationen super zurecht und setzt die gesteckten Lernziele der Wakeboard-Schule grandios um. Mario hat ein gutes Auge, schnelle Auffassungsgabe und das wichtigste, er ist einfach ein sympathischer, humorvoller und geduldiger Mensch.

29.09.-01.10. Phil Turba (Fr-So)



Das Team der Coaches wird 2017 noch einen Profifahrer mehr aufweisen. Philipp Turba, ein talentierter junger Dude mit viel Schmäh und noch mehr Können, den Fetzy schon ewig auf seinem sportlichen Weg begleiten darf, wird sein Wissen als Coach am Salmsee weitergeben. Auch er musste erst durch Fetzy`s „teach the teacher“-Schule um den Ablauf und vor allem Inhalt und Struktur seinerr Camps zu verinnerlichen. Haufenweise technisches und theoretisches Know-How, die lockere Art, wie er coached – ein weiterer Win für das Coaching Team.

ABLAUF & LEISTUNGEN

Neben dem Funkhelm-Coaching erzielen Trampolin-Board-Training, Theorieeinweisung und Videoanalyse sehr gute Erfolge.

Eine Einheit am Wasser dauert 20 min pro Person, das hört sich im ersten Moment nach wenig an, man muss jedoch bedenken, dass es sich dabei um fast reine Fahrzeit handelt. Der große Trainingseffekt besteht darin, dass man in dieser Zeit ohne Konzentrationsverlust sofort nach einem Sturz wieder dort weitermachen kann, wo man auf gehört hat. In 20 min sind über 40 Versuche möglich, somit lernt man auf effektivstem Weg. Von der Kraft Intensität kann man diese 20min Session ca. mit 2h an einem großen Lift vergleichen.

3-TAGES-CAMP (Achtung, neuer Zeitplan ab 2017!)
Um ein geringes Verletzungsrisiko und hohe Leistungsfähigkeit zu garantieren, haben sich 5 Einheiten in 3 Tagen als optimale Wahl herausgestellt. Erfahrungsgemäß werden die meisten Ziele bereits in der zweiten bis vierten Einheit erreicht.Wer sehr durchtrainiert ist, bzw. wer unbedingt noch weitermachen will, könnte am letzen Tag des Camps immer noch eine extra Einheit dazu buchen – bis jetzt hielt man den Aufbau des Camps jedoch immer für passend.

Empfehlenswert ist auch eine Wakesurf-Session zum Abschluss, hier benötigt man nicht mehr so viel Körperkraft und das Surfen selbst lässt sich schnell genießen (für die meisten sehr schnell erlernbar!). Eine Runde mit dem Reifen hinterm Boot zum Abschied kann das Camp auch noch abrunden.

Hier ein Muster-**Detailzeitplan:**

Tag 1 (neue Beginn-Zeit!)
kt & Welcome Einweisung: Areal, Lift, Sicherheit, Vorstellrunde
11:00-12:20 Trampolin-Training
(Basics, Handlepasses, Inverts etc.)

Erste Einheit am Wasser
12:40-13:00 Teilnehmer 1
13:00-13:20 Teilnehmer 2
13:20-13:40 Teilnehmer 3
13:40-14:00 Teilnehmer 4
14:00-14:20 Teilnehmer 5
14:20-14:40 Teilnehmer 6
14:40-15:00 Teilnehmer 7

15:20-16:00 Videoanalyse
16:00-17:00 Theorie, Didaktik & Inverts Tag 2
09:30-11.00 Trampolinboard-Training
(Style: Grabs, Bones, Shifty...)

Zweite Einheit am Wasser
11:00-11:20 Teilnehmer 1
11:20-11:40 Teilnehmer 2
11:40-12:00 Teilnehmer 3
12:00-12:20 Teilnehmer 4
12:20-12:40 Teilnehmer 5
12:40-13:00 Teilnehmer 6
13:00-13:20 Teilnehmer 7

Dritte Einheit am Wasser:
14:00-14:20 Teilnehmer 1
14:20-14:40 Teilnehmer 2
14:40-15:00 Teilnehmer 3
15:00-15:20 Teilnehmer 4
15:20-15:40 Teilnehmer 5
15:40-16:00 Teilnehmer 6
16:00-16:20 Teilnehmer 7

16:30-17:30 Videoanalyse
17:30-20:00 Gemeinsames BBQ Tag 3
Vierte Einheit am Wasser
09:00-09:20 Teilnehmer 1
09:20-09:40 Teilnehmer 2
09:40-10:00 Teilnehmer 3
10:00-10:20 Teilnehmer 4
10:20-10:40 Teilnehmer 5
10:40-11:00 Teilnehmer 6
11:00-11:20 Teilnehmer 7

remony, Anstoßen mit Champagner, Feedback, Infos zum Üben

Fünfte Einheit am Wasser

12:20-12:40 Teilnehmer 1
12:40-13:00 Teilnehmer 2
13:00-13:20 Teilnehmer 3
13:20-13:40 Teilnehmer 4
13:40-14:00 Teilnehmer 5
14:00-14:20 Teilnehmer 6
14:20-14:40 Teilnehmer 7

Änderungen vorbehalten!

Folgende Leistungen sind im Preis inkludiert:

-

FW T-Shirt

-

FW USB Stick (Größe 8GB, samt allen Videoaufnahmen)

-

1x Glas Champagner während der Zeremonie (verdiene dir einen "inverted by" Sticker uvm.)

-

frisches Obst so lange der Vorrat reicht

-

2x Videoanalyse

-

2x Trampolin-Training

-

5x Session á 20min am Wasser mit Funkhelm-Coaching

-

Dauer: 3 Tage (Start Tag 1 um 10.00, Ende Tag 3 ca. 14.40)

Ihr habt noch Fragen? Kein Problem, hier gibt es viele Antworten ;-)

Natürlich könnt ihr aber auch noch weitere Infos bei Sabine einholen, sie hat Antworten auf wirklich alle Fragen.



+43 677 612 791 96 / sabine@fetzysworld.com

Damit ihr sicher einen der letzten Plätze sicher habt, „first Book - first ride“, geht es hier direkt zur Anmeldung

.

Wir wünschen euch viel Spaß, CU@Fetzysworld und keep on riding ;-)

Text: Fetzy ***Bilder:*** *Fetzy*