

TRÄNINGSLÄGER I VÄXJÖ





VÄLKOMMEN TILL VÄXJÖ

Växjö ligger i hjärtat av Småland och även om det är omringat av skog och härlig natur, så är det enkelt att ta sig hit. Här möts nämligen hela sex riksvägar och från Malmö tar det cirka två timmar med tåg, från Stockholm lite mer än tre.

I Växjö finns stora möjligheter till ett lyckat träningsläger, oavsett om ni är en hel förening, ett lag eller ett fåtal aktiva. Vi hjälper dig gärna att hitta rätt anläggningar, logi och hur ni kan få extra guldkant på ert läger. Vi kan också ge tips på lokala föreläsare inom ämnen som fys, medicin, nutrition eller ledarskap.

ARENASTADEN – HÄR MÖTS IDROTTER

Arenastaden, femton minuters promenad från Stortorget, är Växjös knutpunkt för idrott och ett av Sveriges bästa idrottsområden. Varje dag, året runt, samlas barn, ungdomar och vuxna inom såväl breddidrott som elit.

Områdets 14 arenor samlar idrotter som fotboll, ishockey, friidrott, innebandy och truppergymnastik. Här finns också High Performance Center - ett test-, tränings- och forskningscenter för utveckling av idrottare. HPC erbjuder både specifika tester och testpaket för lag och individuella idrottare. Resultatet kan därefter användas som rekommendationer till ert träningsprogram.

För att ge dig ett så relevant förslag som möjligt på upplägg, vill vi att du svarar på 14 frågor. Fyll i formuläret på nästa sida och skicka tillbaka till info@vaxjo-co.se.



**Har du frågor? Vi finns
bara ett samtal bort.**

Kontaktuppgifter Växjö & Co

KONTAKTUPPGIFTER

1. Förening/förbund*

2. Kontaktperson (namn,
e-post och telefonnummer)*

DATUM

3. Ankomst*

4. Avresa*

ANTAL

5. Hur många, ungefär, kommer
delta på lägret (inkl. ledare)?*

LOGI

6. Önskar ni bo i enkel-, dubbel-,
flerbäddsrumsrum eller hårt underlag?*

MAT

7. Hur många måltider önskas
de olika dagarna?*

TRÄNINGSFACILITETER

8. Vilken typ av anläggning behövs för er idrottsspecifika träning
(inomhusplan, utomhusplan, löparbanor etc.)? *

9. Hur många pass önskar ni för detta?*

10. Hur många fyspass önskar ni?*

11. Vad behövs för fyspassen (löparbanor, gym, skivstänger etc.)?*

12. Önskar ni göra fystester på High Performance Center (mer info om HPC finns på föregående sida)?*	Ja	Nej
--	----	-----

13. Önskar ni medicinsk support (massör, fysioterapeut etc.)?*	Ja	Nej
---	----	-----

14. Övriga önskemål?