

Nationale Jeugd Trainingsdag 2009

Wanneer: Zondag 4 oktober

Wat kost het: 5 Euro per person

Hoe laat: 12:00 tot 17:00

- (we beginnen het programma om 12:00, dus kom iets eerder om je in te inschrijven en om klaar te zijn voor de training)

Waar: Curlingbaan Zoetermeer
Silverdome

Wie: Alle jeugd (10 - 21) met interesse om curling te leren en verbeteren

Wat doen je: Curlingvaardigheden leren, spelen, trainen en veel plezier hebben

- delivery (sliding)
 - o balans en controle met je sliding
 - o line-up
 - o snelheid controle met je benen
 - o timing
- release en rotatie van de steen
- vegen
- het spel
 - o regels
 - o scoreboard
 - o tactiek en strategie
- wedstrijd spelen



Inschrijven per email: jeugd@curling.nl