***IBC er åpent for alle fra 10 år og oppover, både for hobby og landslagsspillere.***

**Sted: Frogner Idrettspark**

Trondheimsvegen 350, 2016 Frogner

**Dato: 26.juni – 2.juli**

Ankomst søndag 26.juni, vi starter ca. kl. 18:00

Avreise fredag kveld 1.juli etter kl.1800 eller

lørdag 2.juli etter frokost

**Spilleravgiften**: 4.150,- som inkl. overnatting, mat,

badminton baller, trening m.m.

**Søskenrabatt:** 500,-

**Overnatting:** Frogner Idrettspark

Husk å ta med dere madrass, sovepose, og pute.

**Måltider:** Frokost, lunsj, frukt, middag og kveldsmat.

**Badmintontrening:**

5-6 timer badminton hver dag

1-2 timer styrke /utholdenhet per uke

**Vi har plass for** **68 spillere**

**Påmeldingsfrist:** 15.05.2022[Registrering IBC 2022](https://arrangement.spoortz.no/event/Intensive_badminton_camp)

**Betalingsfrist:** 15.05.2022

 Gratis kanselering innen **15.mai**

 Melder du deg av Campen etter 15.mai får du bare igjen 50% av beløpet.

**Hovedtrener og** **kontaktperson**: Radu Carlan: Tlf: 9484175 e-post: raducarlan@outlook.com

**Trenere:** Vi skal ha ca. 4-6 assistent trenere på campen, informasjon kommer senere 😊

Se også vår facebook side: [Intensive Badminton Camp](https://nb-no.facebook.com/IntensiveBadmintonCamp/)

**Det blir mye sosialt som grilling, uteaktiviteter og ellers mye lek og morro ☺**