

Sports Campus VEJEN

For **alle** unge på en
ungdomsuddannelse i Vejen

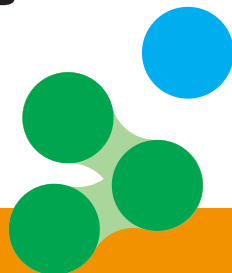
Sportscampus er for dig, hvis du:

- ... vil i gang med eller blive skarpere på styrketræning
- ... har været eller er skadet og gerne vil genoptræne
- ... vil forbedre din sport
- ... vil dygtiggøre dig indenfor træning

Vi tilbyder altid personlig træning med en fysioterapeut tilknyttet.

Vil du have endnu bedre mulighed for at dygtiggøre dig?

Der er altid mulighed for at blive en del af fællesskabet og melde sig ind i Sportscampus.



Det får du!

Morgentræning

Foregår onsdage kl. 07.30-09.00, hvor du får skemafri.

Eftermiddagstræning

Foregår mandage kl. 14.30-16.00, hvor du får skemafri.

Træningen foregår i Vejen Idrætscenter med personlig træningsplan tilrettet dine behov. Der vil altid være en fysioterapeut tilknyttet.

Fri træning i Vejen Idrætscenter

Indeholder fri træning i fitness, indgang til svømmehal og spa, fri adgang til faciliteter samt mulighed for at deltage på holdtræninger.
Værdi: 217.-pr. mdr.

Workshops

Workshops fordelt over året efter deltagerens behov. Disse har ofte fokus på sportspsykologi, kost eller andre relevante aspekter.
Værdi: 1.500.-

Fysiske tests

Mulighed for fysiske tests 3 gange årligt.
Værdi: 1.000.-

Træningsprogrammer

Udarbejdelse af individuelle træningsprogrammer efter eget ønske og behov.

Værdi: 1.000.-

Behandling

20% rabat på skadesbehandling/fysioterapi. Dette er gratis, hvis det foregår ved morgen- eller eftermiddagstræninger.

Træningstøj

Frit valg på træningstøj til brug i Sportscampus.

Værdi: 1.500.-

Sociale fællesture

Vi tager på 2 sociale ture om året, hvor der er fokus på hygge og fællesskabet.

Værdi: 1.000.-



Økonomi

Samlet pris for Sportscampus indeholdende ovenstående:

Der vil være en bindingsperiode på 3 mdr. og man kan herefter opsige ens aftale pr. igangværende måned + 1 måned.

SKARP PRIS!

**399,-
pr. mdr.**

Fysioterapeuten tilknyttet Sportscampus

Når de unge er til Sportscampus i VIC er det mig, der varetager det. Jeg er uddannet fysioterapeut og har også erfaring inden for personlig træning. Især sportsfysioterapi og styrketræning interesserer mig meget. Når Sportscampus starter op efter sommerferien, bruger vi den første måneds tid på at få tilrettelagt 2-3 træningsprogrammer, som er udarbejdet efter den enkeltes ønsker og behov. Dette kan fx være med fokus på skadesforebyggelse, præstationsforbedring eller noget helt tredje. Alt er muligt! Efterfølgende udvikler vi på programmerne, så niveauet hele tiden er udfordrende.

Vi træner 2 gange i ugen, hvor der tages udgangspunkt i de unges individuelle programmer og jeg er på som supervision. Derudover vil der være fælles-træninger, hvor vi laver noget helt andet og sjovt sammen.

Går du til en sport og gerne vil forbedre dig inden for området, eller ønsker at komme i bedre form, få en bedre teknik, eller blive stærkere, så er Sportscampus den perfekte mulighed, hvor du vil kunne rykke dig betydeligt.

Interesseret?

Kontakt Cecilie eller Mikkel for tilmelding eller spørgsmål.

Cecilie Callesen, fysioterapeut
cc@vejenic.dk
Tlf. 40 36 08 49

Mikkel Hviid, campusleder
campus@campusvejen.dk
Tlf. 25 34 97 43

