



Svenska Brottningsförbundet

Swedish Wrestling Federation

Fédération Suédoise de Lutte

Rapport från träningsläger på Ulvön 5-11 juli 2013

Både herr och damlandslaget har varit på Ulvön på träningslägret. Totalt 4 damer och 14 herrar, vårt boende var på Ulvöns Stugby.

Där hade man byggt upp ett stort tält där vi fick plats med två mattor. Vi fick frukosten serverad uppe vid stugbyn varje morgon, medans luncherna och middagarna fick vi serverad nere i byn, så det innebar en promenad på 1 km i vardera riktning. Vi blev väl omhändertagna av Janne Bagge och värdarna för Stugbyn David och Gunnel.

Träningspassen innehöll teknik, matcher, parövningar, pargymnastik, morgonlöpning och morgonträning. Vi har även haft ett matchpass med en publik på cirka 50 personer, alla var positivt inställda till att vi var här.

Under gårdagen var vi med på invigningen av Regattan, killarna blev uppropade på scenen med namn och meriter. Dessutom blev Johan och Zigge intervjuade.

Mellan träningspassen har den stora aktiviteten varit Beachvolleyboll, där har killarna och tjejerna visat heta känslor och vinnarinstinkt.

Ulvön är ett jättefint semesterställe, som rekommenderas varmt.

//Ingela, Zigge och Patrik

Svenska Brottningsförbundet
Swedish Wrestling Federation
Fédération Suédoise de Lutte

Idrottens Hus, 114 73 STOCKHOLM
www.swedewrestling.se

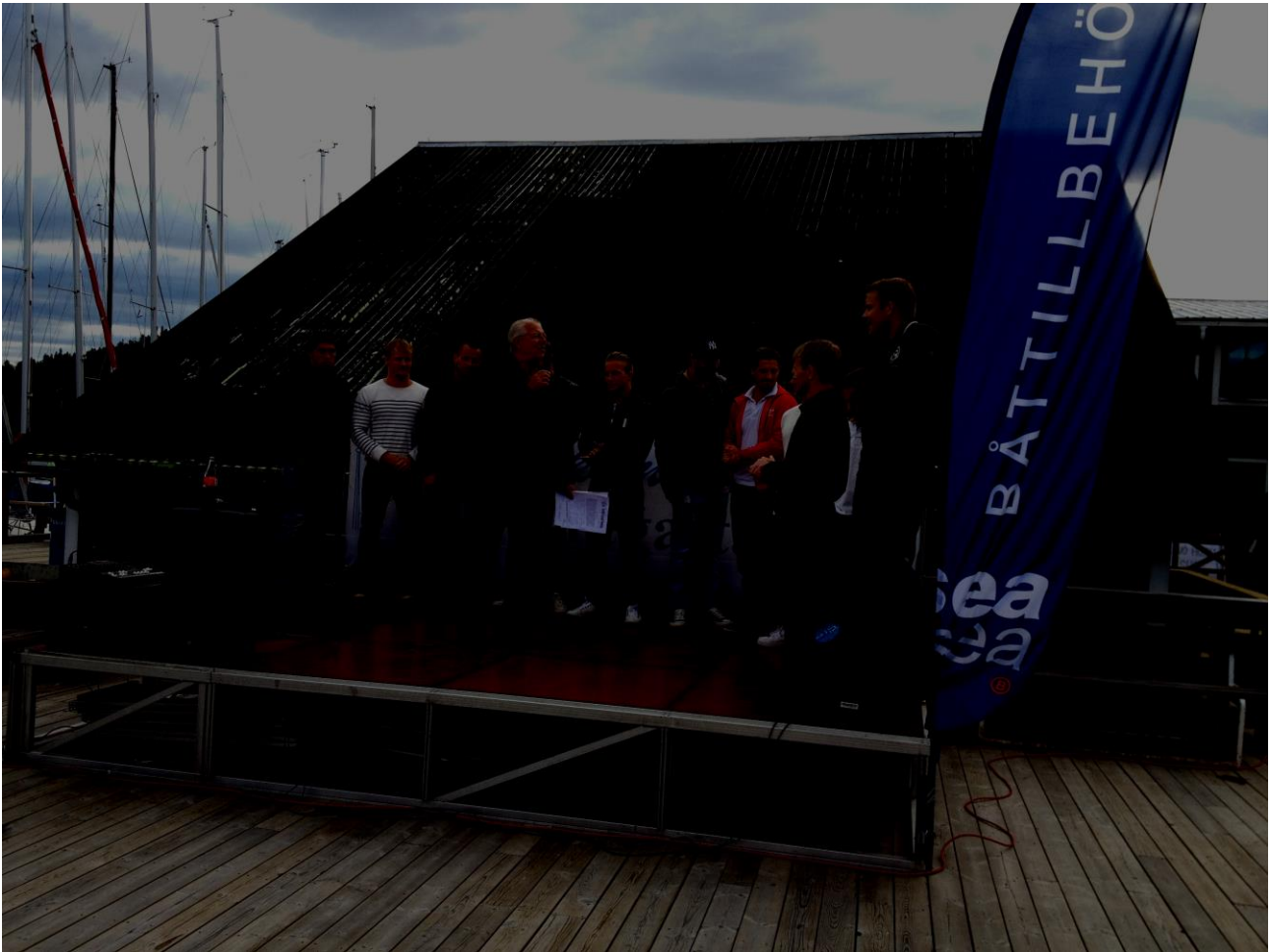
Tel 08-699 63 23 Fax 08-699 63 25 Pg 560 56-5 Org nr 802000-4571



Gruppbild



Axplock utav träningen



Regattainvigningen