

# Træningslejr

i et helt nyt og gennemrenoveret sportscenter

## Håndbold:

Uanset om I skal træne radjenovic eller kontra, så kan vores haller bruges til det hele. Gulvet bliver moppet hver morgen, da vi kender vigtigheden af at kunne stå fast når det gælder, og at der ikke sætter sig skidt på bolden eller hænder.

- 2 håndboldbaner 40 x 20 m
- 1 opvisningsbane med plads til 1000 tilskuere
- 2 max totalhåndboldbaner 25,80 x 16,60 m
- 4 totalhåndboldbaner – på tværs af hallerne på 20 x 13 m, målstørrelse (mikromål 1,60 x 2,4 m).

## Gymnastik:

Gymnastik og spring i alle aldre er også en mulighed. Spring, kolbøtter, fællesskab og disciplin – vi har redskaberne til det. Vi har et stort udvalg af redskaber – Airtrack, Dorado, Kasser, Dobb, mini trampolin, Luft kiler, Soft Top og meget mere. Vi skal bare kende til behov, så planlægger vi herefter.

## Svømning:

Der kan blive tæsket nogle baner i vores 25 meters konkurrencebassin, hvor vi har intet mindre end 6 baner, 1- og 3 meter vippe og en rutsjebane. Der kan trænes både med og uden banetov efter eget ønske. Efter en lækker træning kan kroppen slappe af i vores lækre bølgebassin, eller tage en tur i de 3 saunaer i det nye wellness, hvor der bl.a. er en infrarød sauna, som forebygger ømme led og muskler, øger blodcirkulationen samt forbedrer restitutionen. Derudover er der også både udendørs bassin og spa, så kroppen kan komme helt ned i gear igen.

## Og alt det andet:

Mulighederne for træningslejre ved os er uendelige. Uanset om det er badminton, bordtennis, tennis, dans, golf, kajakpolo eller noget helt andet, så står vi altid klar til at hjælpe. Så dribl bolden over til os, så kan vi sammen finde en løsning som passer jer.



# Priser

## Aktiviteter:

Bowling inkl. sko pr. person	50,00 kr. pr. time
Svømning i off. åbningstider pr. person	25,00 kr.

## Leje af lokaler:

Aktiviteter i hallen er inkl. i prisen, hvis hallen er ledig – kan bookes til... (I hallen vil aktiviteter som bordtennis, badminton, volleyball være muligt at bruge uden beregning)	603,75 kr. pr. time.
Svømmehal	1.227,50 kr. pr. time
Svømmehal og Wellness	1.500,00 kr. pr. time
Mødelokale 1 til 3	280,00 kr. pr. time
Mødelokale 4	230,00 kr. pr. time
Mødelokale 5	130,00 kr. pr. time

## Fitness:

Det vil være muligt at benytte vores topmoderne fitness-center under hele træningslejren uden beregning.

- 250 m2 indrettet fitness lokale
- Spinningslokale med 20 cykler
- Holdsal på 98 m2.

## Overnatning (lokaler):

Overnatning kan også foregå på feltmæssig manér og fortrinsvis i lokaler der ikke benyttes eller på skolen - som ligger 300 meter fra centret. Medbring selv liggeunderlag & sovepose/dyne - der er mulighed for at leje madrasser (god kvalitet).

- Overnatning pr. nat kr. 50,00 pr. person
- Leje af madras pr. nat kr. 25,00 pr. person
- Morgenmad kr. 75,00 pr. person

## Træningslejr indeholder:

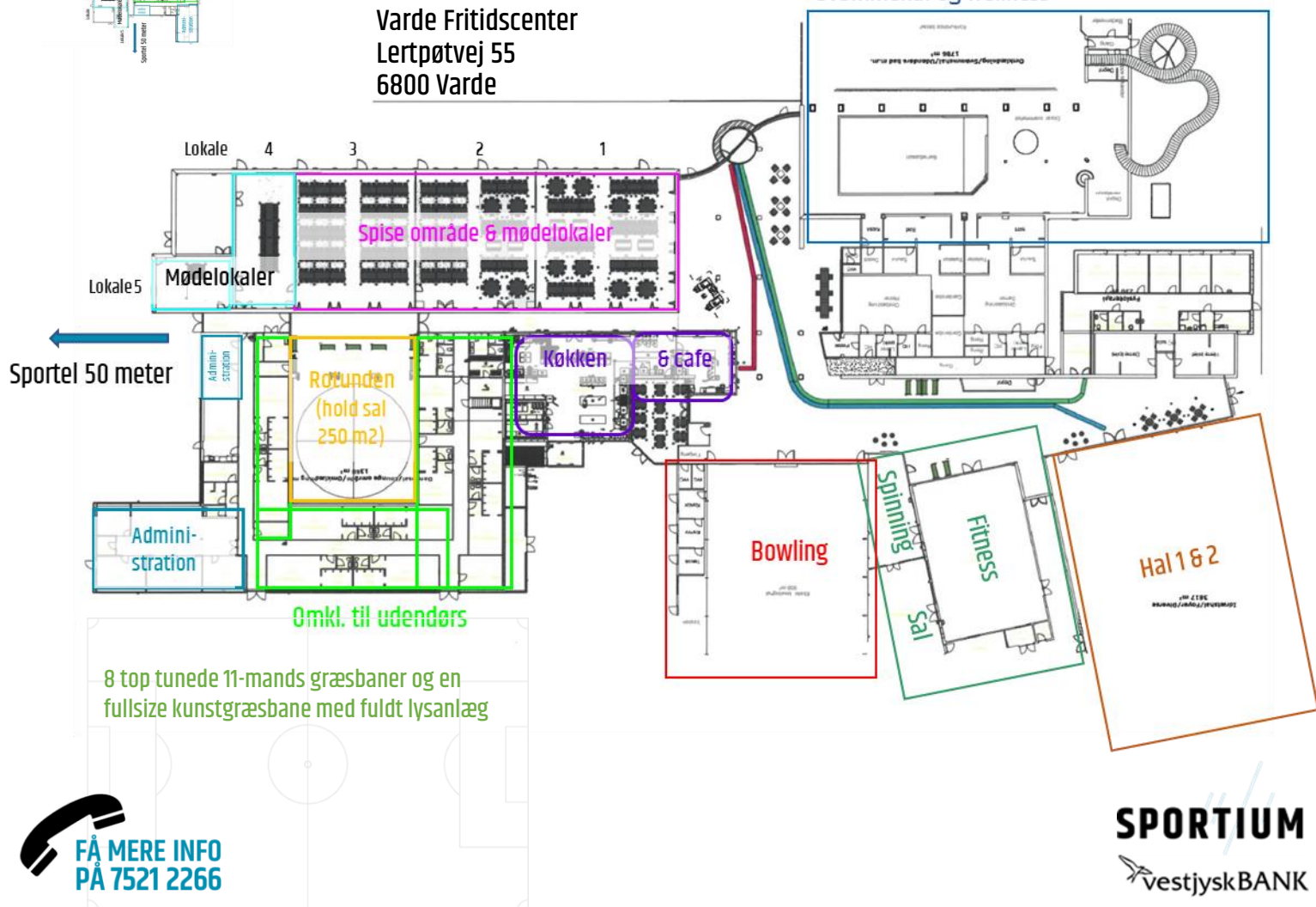
- 1 overnatning på Sportellet - 3 måltider dagligt (morgenmad, frokost, middag)
  - Aktiviteter i hallen (ved ledighed)
  - Fitness
  - Udendørs baner
  - Omklædning
  - Pris pr. person
- 450,00 kr. pr. døgn

# Overblik over Vestjysk Bank Sportium



Varde Fritidscenter  
Lertpøvej 55  
6800 Varde

Svømmehal og Wellness



FÅ MERE INFO  
PÅ 7521 2266

**SPORTIUM**  
vestjyskBANK