

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 banetovv 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.

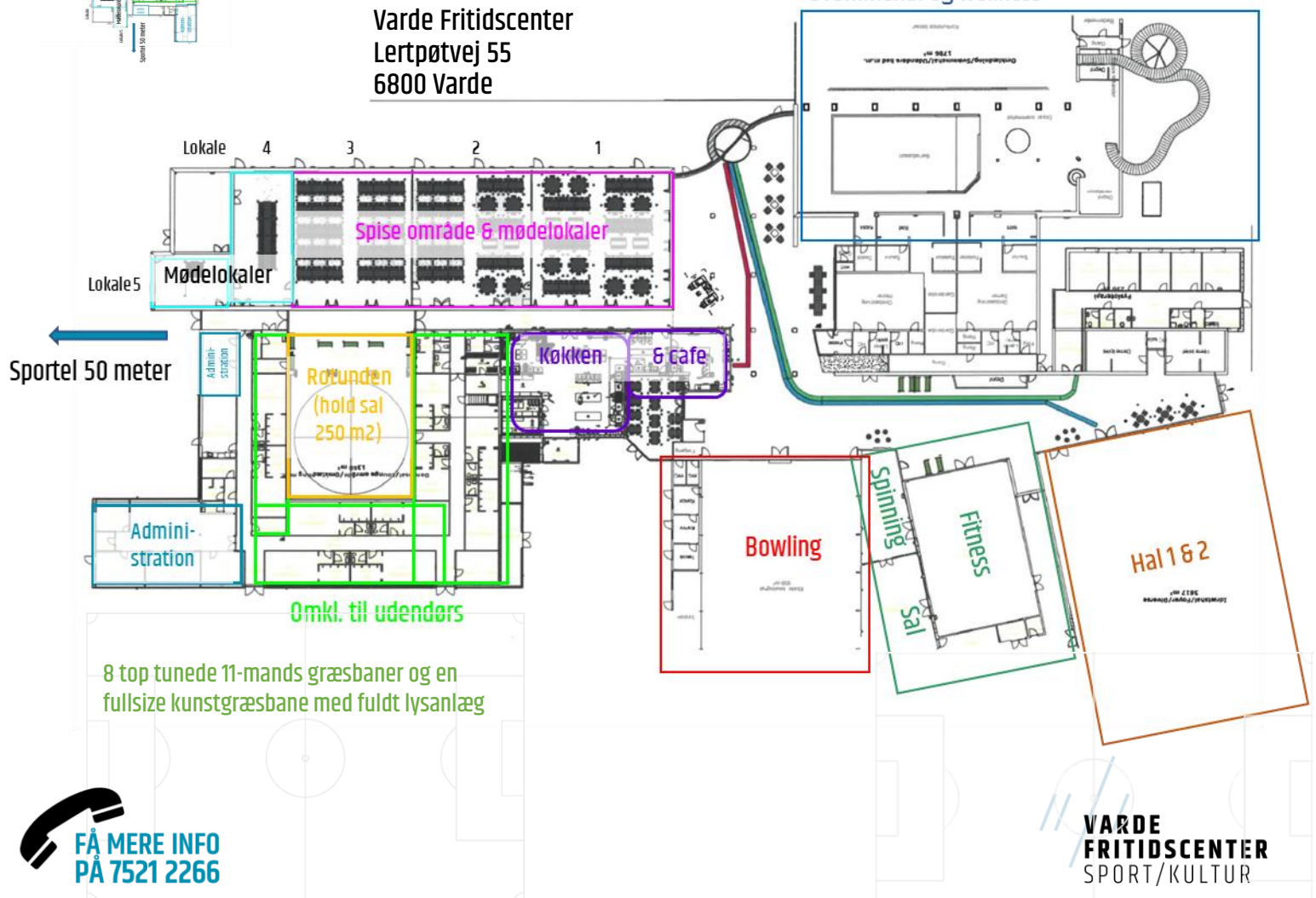


Overblik over Varde Fritidscenter



Varde Fritidscenter
Lertpøvej 55
6800 Varde

Svømmehal og Wellness



 FÅ MERE INFO
PÅ 7521 2266

**VARDE
FRITIDSCENTER**
SPORT/KULTUR