



dansk kano & kajak forbund

Idrættens hus  
Brøndby Stadion 20  
DK.-2605 Brøndby  
Danmark

Tlf. +45 43262094  
Fax. +45 43262095  
dkf@kano - kajak.dk  
www.kano - kajak.dk

12. oktober 2020

## Invitation til Testsamling I/2020 den 24 og 25 OKT 2020 på Elitecenteret.

Følgende inviteres til Testsamling I/2020 på Elitecenteret den 24 og 25 OKT 2020:

<b>Herrer:</b>			
René	Holten	Poulsen	Maribo Kajakklub
Morten		Graversen	Silkeborg Kajakklub
Rasmus	Brandstrup	Knudsen	Lyngby Kanoklub
Rasmus		Alsbæk	Maribo Kajakklub
Simon	Schuldt	Jensen	Lyngby Kanoklub
Victor	Gairy	Aasmul	Lyngby Kanoklub
Magnus		Sibbersen	Hvidovre Kajakklub
Mads	Brandt	Pedersen	Silkeborg Kajakklub
Nicolai		Winther	Silkeborg Kajakklub
Christian		Farstad	Silkeborg Kajakklub
Thorbjørn		Rask	Silkeborg Kajakklub
Philip		Bryde	Hellerup Kajakklub
Gustav		Bock	Hellerup Kajakklub
Mark		Schrøder	Vallensbæk Kano og Kajak Club
Søren		Maretti	Silkeborg Kajakklub
<b>Damer:</b>			
Emma	Aastrand	Jørgensen	Maribo Kajakklub
Pernille	Brandstrup	Knudsen	Maribo Kajakklub
Julie	Frølund	Funch	Vallensbæk Kano og Kajak Club
Bolette	Nyvang	Iversen	Hellerup Kajakklub
Emma		Bock	Hellerup Kajakklub
Sara		Milthers	Hellerup Kajakklub
Emilie		Markussen	361 Kano og Kajakklub
Frederikke	Hauge	Mathiesen	Lyngby Kanoklub
Pernille		Hostrup	Vallensbæk Kano og Kajak Club
Julie	B.	Olsen	Silkeborg Kajakklub
Cecilie	K.M.	Ebbesen	Nybro-Furå Kano og Kajakklub
Nanna	Brandt	Pedersen	Silkeborg Kajakklub
Astrid		Reinholdt	Lyngby Kanoklub
Anna	F.	Hansen	Vallensbæk Kano og Kajak Club

Formålet med testsamling I og II er at kunne følge atleternes fysiske og tekniske udvikling samt facilitere træning i mandskabsbåde.

Testsamling II er planlagt til 5 og 6 DEC 2020. Her vil de sædvanlige løbetests og vægttests blive gennemført.



dansk kano & kajak forbund

Idrættens hus  
Brøndby Stadion 20  
DK.-2605 Brøndby  
Danmark

Tlf. +45 43262094  
Fax. +45 43262095  
dkf@kano - kajak.dk  
www.kano - kajak.dk

Programmet for Testsamling I omfatter:

**Lørdag 24 OKT:**

09:00 Velkomst og briefing

09:50 Test på vandet:

- Herre, 1000m gruppe: 5 x 1000m/start hver 12'/paddelback

10:50 Test på vandet:

- Herre, 500m gruppe: 6 x 500m/start hver 8'/paddelback

11:40 Test på vandet:

- Damer: 6 x 500m/start hver 8'/paddelback

12:30 Frokost på EC

15:00 Træning i mandskabsbåde

**Søndag 25 OKT:**

08:30: Briefing

09:00: Træning i mandskabsbåde

12:30: Frokost og afslutning

Programmet kan ændres afhængig af vejret.

Da overnatningsmulighederne på EC er begrænsede, opfordres I, der kommer fra Jylland, til selv at arrangere overnatning i forbindelse med de kommende testweekends.

Respektive trænere er meget velkomne til at tage del i gennemførelsen af testsamlingen i samarbejde med cheflandstræner, landstræner og talentchef.

I bedes snarest muligt – og senest 19 OKT - give tilsagn om deltagelse til landstræner Mette Barfod på [mba@kano-kajak.dk](mailto:mba@kano-kajak.dk)

Med venlig hilsen

**Lars Robl**  
Sportschef  
23491669  
lcr@kano-kajak.dk

**Zoltan Bako**  
Cheflandstræner  
26300514  
zoltan.bako@kano-  
kajak.dk

**Mette Barfod**  
Landstræner  
20232059  
mba@kano-kajak.dk

**Finn Pape**  
Talentchef  
30424433  
finn.pape@kano-  
kajak.dk