

● 活动基本信息

2026中国羽毛球精英夏令营（四川）

项目	内容
活动名称	中国羽毛球精英夏令营（四川）- 中美青少年羽毛球国际文化交流
活动地点	中国四川成都（专业羽毛球训练中心 / 四川体育职业学院 / 国家队训练基地合作场馆）
活动周期	2026年夏季 7月25日 — 8月8日
招生对象	12-18岁美国青少年组、18岁以上美国成人组 涵盖中学羽毛球队、俱乐部球员、爱好者及专业选手
分组方式	按初级、中级、高级分级分组训练
招生规模	每期设置4个训练组，教练与学生配比 1:6



国家羽毛球四川体育训练基地

● 活动核心目标

- 为美国羽毛球爱好者提供中国国家级专业训练体系，全面提升技术、战术与体能水平
- 搭建中美羽毛球文化交流平台，促进两国爱好者的技术切磋与文化互通
- 让美国参与者深度体验四川成都的特色文化，感受中国传统文化魅力
- 打造长期化的中美青少年羽毛球国际交流品牌，推动羽毛球运动的国际传播

CAPITAL BADMINTON ACADEMY（马里兰州）—— 美国协作方

师资配置

职务	姓名	资历与职责
总教练	钟波	原中国国家队副总教练（曾是李永波总教练搭档） 亲自带队，负责整体训练体系设计及核心技术指导
教练员	唐骏	四川省队优秀教练员，亲自任教 负责日常技术纠错、战术实操及体能训练
教练员	李根 / 周建民	四川省队运动员，与学员共同训练 负责分组指导与实战陪练

★ 特别安排

两次观摩中国国家队训练 | 设置互动交流环节，与国家队球员面对面
与四川省队同吃同住、共同训练，全面融入专业队训练与生活环境

训练特色说明

【精英提高班】

本次夏令营为精英提高班，由具备国家级执教资质的专业教练团队全程指导，采用中国高水平竞技训练体系。

【省队合练】

学员将随四川省队进行日常合练，近距离体验专业队训练节奏与强度，在真实竞技环境中快速成长。

【国家队观摩】

特别安排两次观摩国家队羽毛球队训练的机会，并设置互动交流环节，让学员直观感受世界顶级水平。

【沉浸式管理】

学员与专业运动员同食同住，从日常作息到训练纪律均按高标准执行，建立职业化意识与综合竞技素养。



国家羽毛球四川训练基地 专业训练馆 (A馆)

核心课程与训练安排

（一）训练时长

每日总训练时长约 6 小时，包含早操环节。训练强度按照中国专业羽毛球体系设计，由中方定制专属课程。

（二）训练内容模块

技术训练

- 高远球、杀球、吊球、网前技术、防守技巧专项训练
- 根据学员不同级别设计不同训练难度和实操频次
- 教练全程指导，针对个人技术短板精准纠错

战术训练

- 单打战术布局、双打配合技巧、比赛节奏控制方法
- 通过分组对抗、模拟比赛巩固战术运用
- 结合实战开展战术讲解与实操演练，提升赛场应变能力

体能训练

- 爆发力、速度、身体敏捷性、核心力量训练
- 早操以基础体能唤醒为主，正课搭配专项体能训练内容
- 打造羽毛球专项体能素质，适配赛场运动需求

（三）训练计划安排表

第一周（7月26日—8月1日）

时间	7/26	7/27	7/28	7/29	7/30	7/31	8/1
上午 9:30-11:30	基本技战术 多球训练	快速力量 多球训练	全面力量 多球训练	力量训练 技术训练	专项体能 训练	快速力量 多球训练	文化 体验日
下午 14:30-17:30	力量训练 技术训练	专项体能 训练	基本技战术 多球训练	调整 休息	基本技战术 多球训练	体能 训练	
晚上 19:00-21:00	个人专项 补缺	个人专项 补缺	个人专项 补缺	个人专项 补缺	个人专项 补缺	个人专项 补缺	

第二周（8月2日—8月8日）

时间	8/2	8/3	8/4	8/5	8/6	8/7	8/8
上午 9:30-11:30	技术 训练	技战术 训练	全面力量 多球训练	文化 体验日	专项体能 训练	快速力量 多球训练	全面力量 多球训练
下午 14:30-17:30	体能 训练	专项体能 训练	基本 技战术		基本技战术 多球训练	技战术 训练	基本技战术 多球训练
晚上 19:00-21:00	个人专项 补缺	个人专项 补缺	个人专项 补缺		个人专项 补缺	个人专项 补缺	个人专项 补缺

文化体验活动

每周专门安排1天文化体验日，贴合四川成都地域文化特色，活动为可选项目，丰富国际交流体验。

序号	文化体验项目	内容简介
①	成都熊猫基地参观	近距离接触国宝大熊猫，感受中国生态保护成果
②	乐山大佛研学	感受中国自然与人文景观融合之美（世界文化遗产）
③	川菜文化体验	学习川菜制作、品尝特色美食，了解中国饮食文化
④	中国武术体验	学习基础武术招式，感受中华传统武术魅力
⑤	四川传统文化体验	川剧变脸、蜀绣、竹编等特色非遗文化体验

收费标准

营费总额：3,899 美元 / 人（14天，约278美元/天）

注册时需支付 \$200 美元不可退还的定金

参照中国本土专业羽毛球训练营价格标准制定，适配国际营品质与服务

费用包含（Included）	费用不含（Not Included）
全程训练费、专业训练场地使用费	美国至中国成都的国际往返机票
国家级+省级师资的教练费、陪练费	中国旅游签证（L Visa）办理费用
全程个人医疗保险	个人消费、个性化购物费用
定制训练服、基础训练配件	因个人原因产生的额外医疗费用
可选文化体验活动的门票、场地、体验指导等费用	
夏令营期间的食宿费用（统一安排，保障饮食安全与住宿舒适）	



报名与出行流程

01	在线报名 通过指定报名通道提交个人信息、羽毛球技术水平、意向营期等资料
02	技术等级评估 中方教练团队通过线上视频方式对报名者进行技术评级，确定初级/中级/高级训练分组
03	确认营期 根据评级结果，通知报名者确认营期，发放入营须知
04	支付定金 按要求支付夏令营定金，锁定入营名额，后续缴纳剩余费用
05	办理签证 自行办理中国旅游签证（L Visa，可停留30天，满足夏令营参与需求）
06	出发中国 按指定时间抵达中国四川成都，主办方安排接站并办理入营手续



安全保障体系

【医疗保障】

为所有学员购买全程医疗保险，合作当地应急医疗医院，营区配备基础医疗物资，突发情况可快速送医

【人员监督】

专业教练全程跟进训练安全，配备24小时生活老师，负责学员日常起居及出行安全，保障全时段有人值守

【管理规范】

制定严格的营区管理制度，明确学员出行、训练、休息的纪律要求，确保活动有序开展

【沟通机制】

建立主办方与学员的实时沟通渠道，及时反馈训练、生活情况，若有紧急情况第一时间联系家属

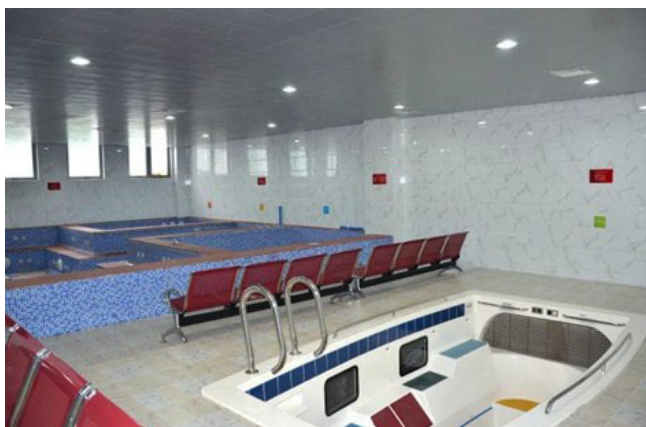
基地设施介绍

基地占地面积约100亩，共划分为六大区域：羽毛球专业训练馆、全民健身馆、运动员公寓、康复中心、水疗中心、网球场。

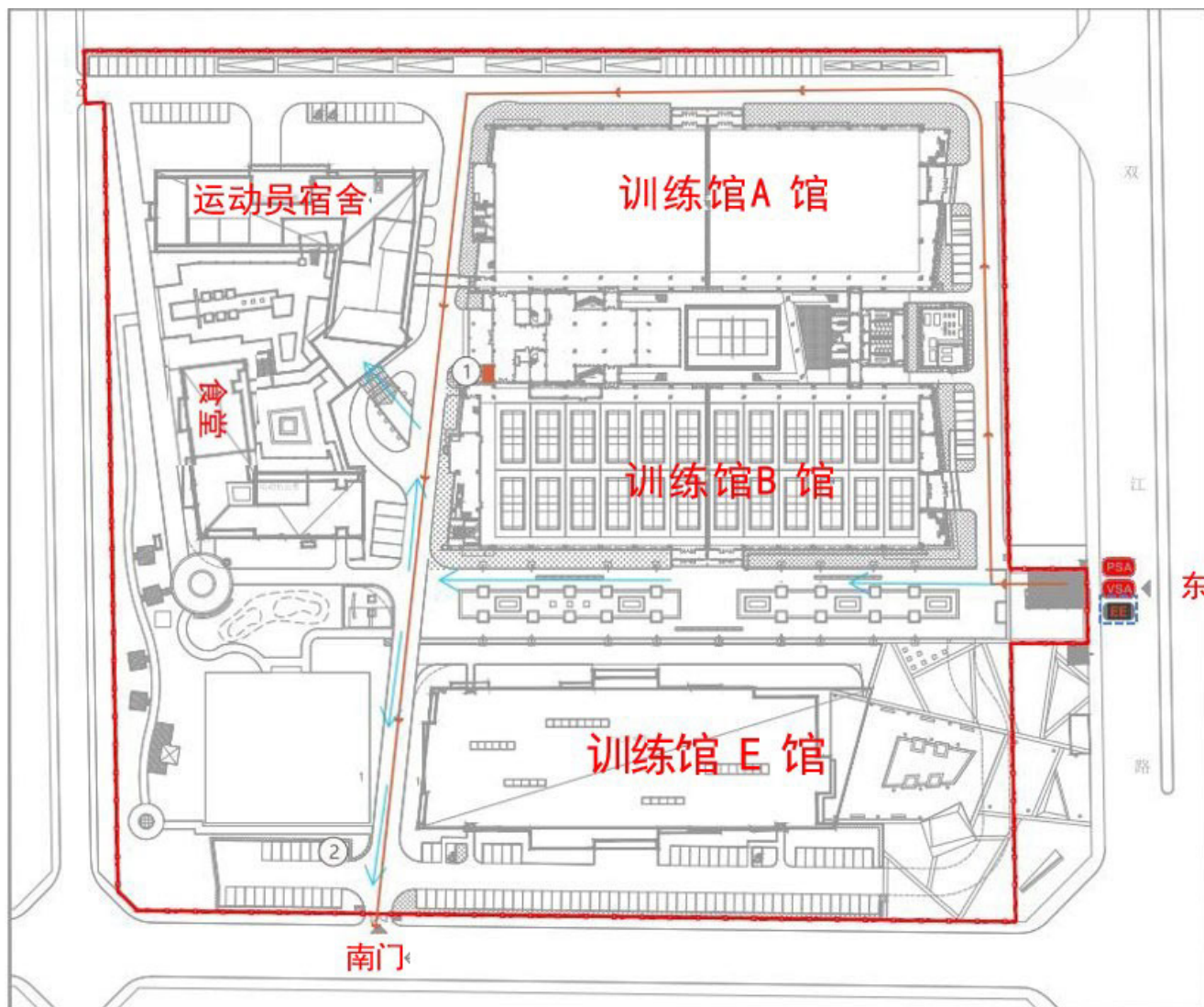




运动员餐厅——简洁明亮，一次性可容纳200人就餐，提供正宗川菜



康复中心（左） | 水疗中心（右）——干蒸、湿蒸、冰水池，有效消除疲劳



专业羽毛球训练场地鸟瞰 — 曾多次承接国家队世锦赛、奥运会、汤尤杯赛前封闭训练

合作机构

中国羽毛球协会	四川体育职业学院	国际羽毛球俱乐部	成都本地专业羽毛球训练基地	CAPITAL BADMINTON ACADEMY (CFH Sport, LLC)
---------	----------	----------	---------------	---

项目核心优势

01 训练体系顶尖

依托中国世界顶级羽毛球训练体系，按国家级专业标准开展训练，核心竞争力突出

02 师资资源稀缺

国家级主教练 + 省级专业队员的师资组合，精准指导，是核心卖点

03 训游结合特色

专业羽毛球训练与四川文化体验结合，兼顾运动提升与国际文化交流

04 市场需求适配

贴合美国羽毛球运动快速发展趋势，满足青少年及成人的专业训练与国际交流需求

05 服务保障完善

从训练、食宿到安全、出行，提供全流程配套服务，解决国际学员的后顾之忧

招生渠道

美国本土各类羽毛球俱乐部
 美国中学校园羽毛球队
 海外体育类社交媒体、羽毛球专业平台
 美国本地体育培训机构
 国际学生交流组织、中美文化交流机构

名额有限，欢迎报名！

教练与学员比 1:6 每期设4个训练组 分级精准指导

联系 Capital Badminton Academy (马里兰州) 即刻报名

capitalBadminton.com Rockville, Maryland, USA