

HBK SOMMERTRÆNING 2017

Ungdom U11,U13, U15B/C/D – Turneringsspillere

TIRSDAG OG TORSDAG

Sæsonen ved at være ved vejs ende og sol, sommer og badeferie står for døren. Men dette skal selvfølgelig ikke holde os fra træningsbanen!

Der vil igen i år være mulighed for at deltage i sommertræningen, så vi kan fortsætte den spillemæssige fremgang, og samtidig være 100 % klar når den nye sæson skydes i gang. Træningen vil bestå af seriøs træning, med fokus på teknik og fysik. Så derfor skal alle **HUSKE LØBESKO!!!**

Træningen vil blive varetaget Peter Mikkelsen.

Træningstidspunkterne vil være følgende:

Tirsdage: kl. 16.00 – 18.00 (Løbetræning til sidst)

Torsdage: kl. 17.00 – 19.00 (Løbetræning først)

Træningen starter i uge 18 (tirsdag d. 2. maj)

Træningen slutter i uge 32 (torsdag d. 10. august)

Ferie: uge 28+29+30 (dvs. ingen fællestræning – man løbetræner selv)

Tilmelding og betaling: Mail til traening@hbkbadminton.dk for at modtage link til tilmelding. Eventuelt kontakt Ivan Bentzen på 30622456.

Pris for HBK-medlem: Kr. 400,- (HBK giver tilskud på kr. 100,- til medlemmer)

Pris for øvrige: Kr. 500,-

Vi håber at se jer alle sammen, så I får hævet jeres spil til et endnu højere niveau.

Med sportslige hilsner

HBK ungdomsspilleudvalg & trænersteam

HBK SOMMERTRÆNING 2017

Ungdom U9, U11, U13, U15 – Letøvede spillere

TORSDAG

Så er sæsonen ved at være ved vejs ende og sol, sommer og badeferie står for døren. Men dette skal selvfølgelig ikke holde os fra træningsbanen!

Der vil i år være sommertræning for alle HBK ungdomsmedlemmer, der har lyst i til at spille lidt badminton i sommermånederne. Træningen kommer til at bestå af teknisk træning, kampe, og leg i hallen. Med andre ord ”sjov træning og godt kammeratskab”.

Den sidste halve time vil der være fysisk træning på løbebanen overfor, så derfor skal alle **HUSKE LØBESKO!**

Træningen vil blive varetaget Peter Mikkelsen.

Træningstidspunktet vil være følgende:

Torsdage kl. 15.30 – 17.30

Træningen starter i uge 18 (torsdag d. 4. maj)

Træningen slutter i uge 32 (torsdag d. 4. august)

Ferie: uge 28 + 29+30 (dvs ingen træning)

Ved mange tilmeldinger kan der blive lavet ekstra træningshold om tirsdagen.

Tilmelding og betaling: Mail til traening@hbkbadminton.dk for at modtage link til tilmelding.
Eventuelt kontakt Ivan Bentzen på 30622456

Pris for HBK-medlem: Kr. 175,- (HBK giver tilskud på kr. 75,- til medlemmer)

Pris for øvrige: Kr. 250,-

Vi håber at se jer alle sammen på dette hold til sommerfjer og kammeratskab.

Med sportslige hilsner

HBK ungdomsspilleudvalg & trænersteam