

B75 indbyder til Nordjysk Ungdomssamling i Bordtennis

Tirsdag den 15. oktober 2024 - Kl. 1000 til kl. 1615

i Hirtshals Idrætscenter, Halvejen 4, 9850 Hirtshals.

Bliv en (lidt) bedre bordtennisspiller

B75 arrangerer sammen med Bordtennisdanmark gennem sæsonen 2024-2025 træningsdage, hvor alle ungdomsspillere i de Nordjyske bordtennis klubber er velkomne. Formålet er at lære spillerne nye færdigheder, ligesom det er et stort håb, at mange lokale klubtrænere vil deltage og få inspiration til egen klubtræning.

Program for en træningsdag:

10.00 - Ankomst
10.15 - Intro/velkomst
10.30 - 12.30. Træning 1
12.30 - 14.00 Pause og madpakker.
14.00 - 16.00 Træning 2
15.30 - 16.00 Træner- og forældre snak.
16.00 - Fælles afslutning

Hver træningsdag vil have forskelligt fokus: Grundteknik, bearbejde, serv/retur mv.

Vi vil meget gerne involvere klubtrænere. Hjælp vores faste trænere i løbet af dagen, og hjælp spillerne bl.a. med kinatræning, sparring mv. – helt efter eget ønske. Kom og hver med.

Vigtigt! Hver træningsdag afsluttes med ca. 30 min. hvor der gives feedback, råd og inspiration til trænere og forældre. Se tidsplanen. Denne del af træningsdagen er meget vigtig, da der gerne skal være gode ting at træne videre med hjemme i egen klub Vi glæder os rigtig meget til at se jer i den indeværende sæson.

Deltagerpris = 0 kr. (Husk din egen madpakke.

Tilmelding senest den 10. oktober 2024 - til: Kurt Høholt Jensen, Tlf. 3057 5644 eller til email
hoeholt.kurt@has.dk