

TRÆN MED VB's STJERNER

- forår 2013



UNIKT TILBUD



TIL UNGDOMSSPILLERE I ALLE KLUBBER !

Nu har du atter muligheden for at blive trænet af nogle af landets og verdens bedste badmintonspillere.

Tine Baun, Anders Kristiansen, Kasper Ipsen og alle de øvrige liga-spillere er klar til at lære fra sig og inspirere dig i forårets udgave af

TRÆNING MED VB's STJERNER



4 spændende træninger med VB's 1.holdsspillere



I perioden april-juni kan du få op til 4 træninger med Værløses 1. holds-spillere, som vil instruere i nogle af de ting, som de hver især er bedst til.

Træningen er for alle håbefulde talentspirer, som under seriøs, og koncentreret, og til tider hård træning, har lyst til at få nogle gode ting med sig fra nogle af landets bedste badmintonspillere.



Indhold



Alle træninger varer ca. 2 timer. Du kommer rundt til flere af trænerne på hver træning.

Der vil være fokus på bearbejde og bevægelse, smash og offensive baglinjeslag, double- og singletaktik.

Derudover kan du få nogle gode råd og tips til, hvordan man tackler forskellige mentale og spillemæssige udfordringer i løbet af en kamp eller turnering.



Tid og sted

Alle træninger finder sted i Værløse-hallerne, Stiager 8, Værløse.

De 4 træninger i foråret ligger på følgende tidspunkter:

- Søndag d. 5. maj kl. 15.30
- Fredag d. 17. maj kl. 17.00
- Fredag d. 31. maj kl. 17.00
- Fredag d. 7. juni kl. 17.00

Ved tilmeldingen skal det anføres, hvor mange af træningerne du vil deltage i, og hvilke dage det skal være, hvis du ikke vælger alle 4.

Pris

Prisen er afhængig af, hvor mange af træningerne du er med på:

- Deltagelse på alle 4 træninger: 650 kr.
- Deltagelse på 3 træninger: 550 kr.
- Deltagelse på 2 træninger: 400 kr.
- Deltagelse på 1 træning: 250 kr.

Tilmelding og betaling

Tilmelding skal sker på en elektronisk formular, som findes på klubbens hjemmeside www.badminton-vb.dk

Der er et begrænset antal pladser på hver træningsdag, og de fordeles efter først-til-mølle princippet.

Betaling skal foretages sammen med tilmeldingen på 2310 3195602874.

Bekræftelse på tilmelding og betaling fremsendes fra klubbens kontor.

**TILMELDINGSFRIST:
FREDAG D. 26. APRIL**