

75års Jubilæumsugen (uge 48, fra 26/11 – 1/12 2018)

Fredericia Badminton Club holder 75 års jubilæum i hele uge 48, med den helt store jubilæumsevent på dagen lørdag d. 1/12. Men hele ugen op til er der særlige arrangementer.

Derfor er almindelig træning, motionsbadminton og baneudlejning erstattet af særlige arrangementer, hvor der er noget for alle!

Nærmere information om de forskellige aktiviteter ses i skemaet med yderligere information nederst.

Her står også særlige forventninger, mulig tilmelding eller andre væsentlige informationer.

Hvis der er spørgsmål ifbm. tilmelding kontakt da Rasmus Petersen på mobil 28748450 eller rasgormpetersen@gmail.com

	Mandag 26/11 Hal 4	Tirsdag 27/11 Hal 4	Klublokale	Onsdag 28/11 Hal 4	Torsdag 29/11 Hal 3	Hal 4	Fredag 30/11 Hal 4
16 – 17	Gæstetræning v. Jacob Godt	Henriette og Thylstrups videotræning		Badmintonplay	Natminton (Opsætning)	Voksen- barn turnering	
17 – 18					Natminton spil Kongespil		
18 – 19		Lang baghånds- træning	FBC General- forsamling	Badminton m. Handicap	Natminton spil Doublers		Double turnering
19 – 20		Hopsmash og andre lækkerier					
20 – 21		Singletræning* v. Søren Ørum Madsen		Servetræning			Udstrækning (med mad) *
21 – 22							

* betyder at arrangementet kræver tilmelding via klubbens hjemmeside -> webshop

Bemærk: Hallerne torsdag er byttet, dvs. vi benytter hal 3 hele dagen, mens hal 4 kun er booket til FBC fra 16-18.

Rød markering: Ingen haltid

Gæstetræning ved Jacob Godt:

Jacob Godt er 2.divisions spiller i Århus AB, han vil stå for en træning for interesserede ungdoms- og seniorspillere.

Forbeholdt spillere på holdene "letøvede", "øvede" samt "senior".

Henriette og Thylstrups videotræning:

Til træningen vil der afhængig af antal være mulighed for at fokusere på 1-2 slag. Vi vil filme dig der udfører dit ønskede slag og efterfølgende kører slaget i slowmotion. Herefter vil du få nogle fokuspunkter og så filmes du igen, hvor vi har mulighed for og sammenligne med tidligere optagelse.

Hudl Technique er appen vi benytter os af i træningen, hent og eksperimenter gerne med den inden.

Niveau: Minimum 10 år og spillet mindst 1 hel sæson.

Lang baghåndstræning v. Johansen-brothers:

Har du altid drømt om at slå den lange clear i baghånden!? Vores bedste baghåndsspillere, Thomas og Morten Johansen, guider dig igennem den rigtige teknik, og hjælper dig den rette vej. Vi garanterer ikke at det lykkes, men vi garanterer at du for forsøgt masser af gange! Åbent for alle, men det bliver ikke nemt...

Hopsmash og andre lækkerier!

Trænger dit Hopsmash til en grundig gennemgang, så er klubbens mest let-til-ben-spillere, Matthias Agner, Christian Ørnskov og William Jørgensen, klar med en gennemgang og illustration. En times god træning i hopsmash og andre smarte slag. Åbent for alle.

Singletræning

Vores seniortræner Søren Ørum Madsen åbner op for det, han selv kalder en "seriøs omgang singletræning med fokus på taktik og bevægelse". Det vil sige en god omgang singletaktik krydret med kamplignende spiløvelser.

Niveau: Åben for alle aktive single turneringsspillere, dvs. øvede og seniorspillere.

Bemærk at tilmelding er nødvendig pga. max 14 deltagere.

Tilmelding via hjemmesiden www.fredericia-bc.dk øverst til venstre.

Badmintonplay

.. spillet, der på en sjov og legebetonet måde, udvikler dine tekniske, taktiske og mentale kompetencer.

Du oplever en masse småspil med hurtigere udvikling, end hvis du spiller almindelige kampe - og du kan overføre 100 pct. til "rigtig badminton".

Poul Bøgebjerg og Maria Clausen guider jer igennem de modificerede badmintonbaner.

Niveau: Fra letøvede og op, men sørg for at have en makker cirka på samme niveau med.

Badminton med Handicap

Hvem har ikke drømt om at vinde over ham den gode fra seniorholdet, eller hvad med at tæske veninden der altid har spillet i to rækker bedre en selv. Nu kommer muligheden i et spil hvor vi udligner forskellen på god og dårlig, i hvert fald for en stund.

Maria Clausen og Rasmus Petersen har her samlet en række handicap, hvor alder og niveauforskellen spillerne imellem bestemmer hvilke og hvor mange handicaps der bliver aktuelt.

Niveau: Alle skal bare komme!

Servetræning (særlig baghåndsserven ifm. double)

Den trælse serv, der aldrig bliver helt så sikker som man ville ønske.

Med kombinationen af den rette teknik og masser af gentagelser kommer man langt. For dem med behov gennemgås teknikken, ligesom der implementeres mindre øvelser der også træner det mentale aspekt af enhver god serv. Rasmus Petersen står klar med råd og vejledning.

Niveau: Relevant for alle, men orienteret mod turneringsspillere.

Natminton – kongespil

Natminton er en anderledes badmintonoplevelse, I spiller i mørke med UV-lys, selvlysende bolde og udstyr.

Natminton spilles i en helt mørklagt hal. På denne måde opstår der hurtigt lejrskolestemning, og spillerne får en super fed social oplevelse. Neon-farvede (eller alternativt hvide) bluser er et hit!

Der vil være fem baner til rådighed og i de første par timer spilles der Kongespil, så alle kan være med og hoppe ind og ud som det passer.

Kongespil er et badmintonspil på halvbane, hvor der spilles en duel og vinderen rykker derefter op på næste banehalvdel. Når du har kæmpet dig op til den sidste bane og vundet er du Konge, og her skal du så se hvor længe du kan holde modtagerne i skak. Spillet giver mulighed for og møde mange forskellige modstandere på kryds og tværs af niveau.

Niveau: Alle kan deltage.

Natminton – Doubler

Natminton er en anderledes badmintonoplevelse, I spiller i mørke med UV-lys, selvlysende bolde og udstyr.

Natminton spilles i en helt mørklagt hal. På denne måde opstår der hurtigt lejrskolestemning, og spillerne får en super fed social oplevelse. Neon-farvede (eller alternativt hvide) bluser er et hit!

Der vil laves en double turnering, afhængig af deltagere så skal man være forberedt på og side over i perioder da der kun vil være fem baner til rådighed.

Det vil være med skiftende makker.

Niveau: Øvede spillere - U15/U13 og frem.

Voksen-barn turnering

Stævnet er for alle også ikke-medlemmer – både helt nye og rutinerede! Jo flere, der melder sig til, jo flere jævnbyrdige kampe!

Du får mindst 3 kampe – og formentlig flere. Vi trækker 3-4 modstandere, så du skal ikke aftale kampe på forhånd.

Du spiller sammen med dit barn eller forældre hele turneringen. Man kan ikke møde op selv.

Det er helt gratis, og ingen tilmelding er nødvendig. Du kan bare mød op.

Double turnering

Til double turnering fredag i jubilæumsugen er alle spillere på det øvede ungdomshold samt senior og motionister velkommen, ligesom venner og bekendte med et rimeligt niveau også må medbringes.

I turneringen spilles der selvsagt doubler, hvor konstellationerne blandes, så man spiller med forskellige makker.

Der forsøges at skabe nogenlunde lige kampe med matchende modstandere.

Tilmelding bedes foretages via hjemmeside www.fredericia-bc.dk øverst til højre, men man kan også deltage uden tilmelding. Under tilmeldingen kan man også afkrydse muligheden for bespisning også. Se Udstrækning (med mad) nedenfor.

Udstrækning (med mad)

Efter doubleturnering er der mulighed for lidt uformel hygge i Cafe FIC, for 50 kr. pr. person tilbydes en let anretning mad. Tilmelding foregår sammen med doubleturneringen via klubbens hjemmeside www.fredericia-bc.dk øverst til højre.