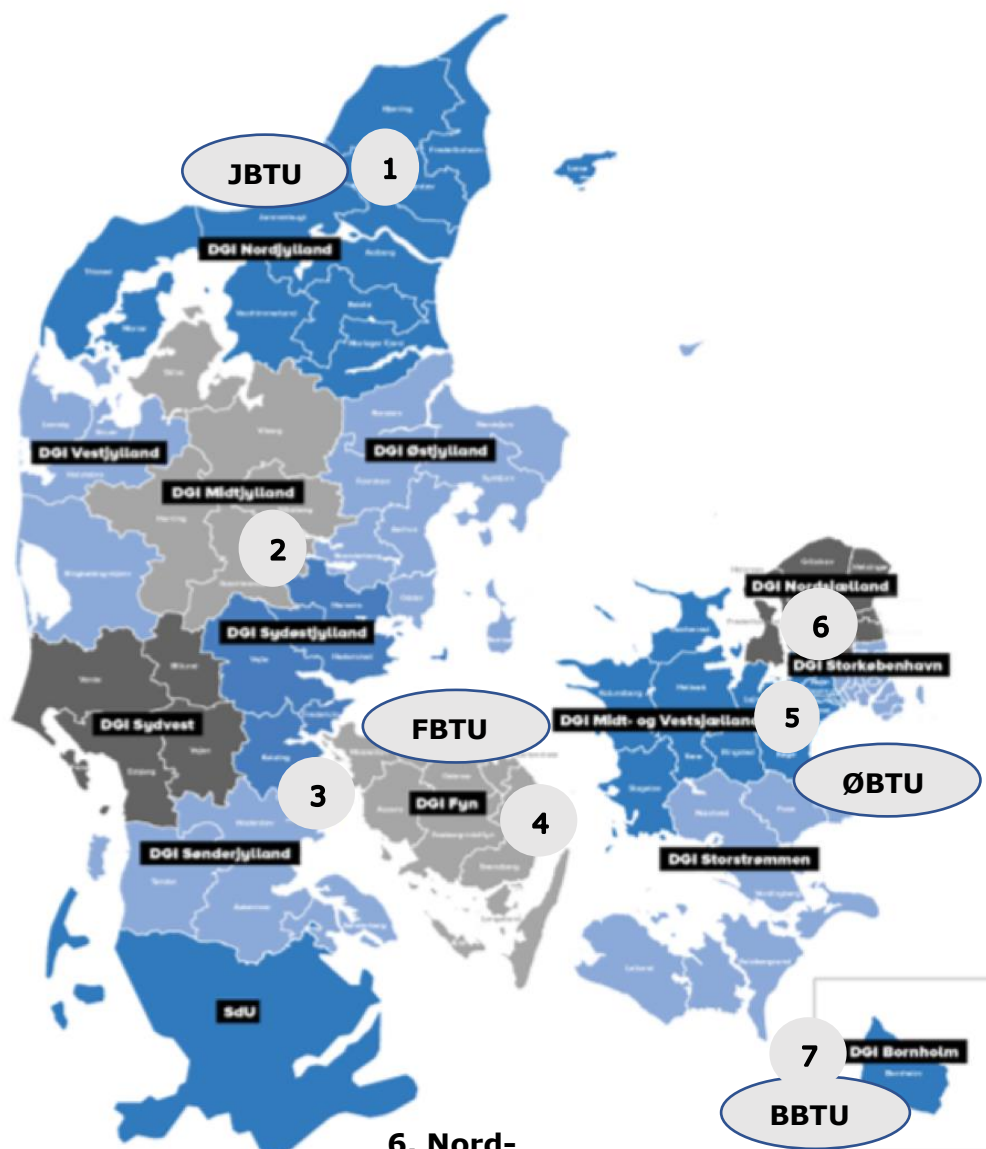


BAT60+ KURSER 2019

BAT60+ kompetencekurser-1 & kompetencekurser-2



BAT60+ Bordtennis hele livet



1. Nordjylland

Brønderslev
Idrætsforening
Bordtennis
Kursussted:
BI Centret
9700 Brønderslev

2. Midtjylland

Silkeborg
Kursussted:
Silkeborg BTK
Silkeborg Sportscenter
Århusvej 45
8600 Silkeborg

3. Syddjylland

Kolding
Kursussted:
BTK73 Kolding
Idrætsbygningen,
Brostræde 3 A, 1. sal
6000 Kolding

4. Fyn

Nyborg G&IF
Bordtennis
Kursussted:
Landporten
Linde Alle
5800 Nyborg.

5. Sjælland, Møn og Lolland Falster

Roskilde
Kursussted:
Idrættens Hus
Roskilde
Kildegården 1
4000 Roskilde

6. Nord-sjælland, København

Hillerød
HGI Bordtennis
Frederiksborg-centret
Milnersvej 39
3400 Hillerød

7. Bornholm

Hasle
Kursussted:
Hasle IF
Damløkkevej 19
3790 Hasle

Tilmeld dig
her:

<https://bat60.dk/kompetencekursus/>

BAT60+ kompetencekursus-1

Indbydelse til Nyborg

Kære 60+ bordtennisspillere.

4. februar 2019

I indbydes til kompetencekursus-1 hos
Nyborg G&IF Bordtennis Kursussted: Landporten Linde Alle 5800 Nyborg.
Onsdag den 27. februar 2019 kl 9-16

Der er plads til 12 deltagere, 6 pladser er reserverede pr 1. februar 2019.

Kurset i Nyborg holdes i Nyborg G&IF's bordtennislokaler, Linde Alle 5800 Nyborg, og kurset er en del af åbne 11 kurser, som holdes landet over i 2019

Som noget nyt udbydes både kompetencerkurser 1 for letøvede spillere og kompetencekursus 2 for øvede spillere

Se mere på: <https://bat60.dk/kompetencekursus/>,
<https://bat60.dk/kursister-og-kvalitet-paa-kompetencekurserne-2016/>
og <https://bat60.dk/hvad-siger-deltagerne/>

Er du nybegynder eller vil strate helt forfra, så læs her:
<https://bat60.dk/bat60-begynderkurser/>

Der er mindst 3 gode grunde til, at du bør melde dig til kurserne:

- **Opdatér dit niveau**, lær bordtennis fra grunden og få større glæde af spillet.
- **Udnyt din nye, praktiske viden** med det samme, du er hjemme i klubben igen.
- **Indgå nye fællesskaber** sammen med andre 60+'ere.



SÅDAN TILMELDER DU DIG:

1. <https://bat60.dk/kompetencekursus/>
2. Find Nyborgkurset på siden.
3. Tilmeld dig og følg vejledningen.
4. Reserver og betal samtidig.

BETINGELSER:

1. Fyldt 60 år i tilmeldingsåret, (dispensation gives).
2. Medlem af en bordtennisklub (dispensation gives).

PRISER:

1. Kompetencekursus-1. 400 kr pr deltager
2. Prisen inkluderer undervisning og undervisningsmateriale

**6. Nord-
sjælland,
København**

BAT60+ kompetencekursus-1

Indbydelse til Nyborg



Standard fagplan for 6 timers kursus.

Fagplanen er kun vejledende og afhænger af spillernes niveau og Metodefriheden hos instruktørerne.

Tidspunkt	#	Aktivitet
09:00-09:30		Ankomst, omklædning
09:30	1	Morgenmad (valgfri)
	2	<ul style="list-style-type: none">• Introduktion• Forventninger• Præsentation
09:45	3	Opvarmning
10:00	4	Baghåndskontra
10:30	5	Forhåndskontra
11:00	6	Træningsøvelser
12:00		Frokost
12:45	7	Baghåndsprik
13:15	8	Forhåndsprik
13:45	9	Træningsøvelser
14:45	10	Serv og returpil
15:15	11	Smash og defensiv
15:45	12	Strækøvelser
16:00	13	Afslutning

NB! Eftermiddagspause indlægges af instruktører efter forholdene