



Nyhedsbrev oktober

Inspirationsvideoer fra youtube

Inspirationsvideoer

Hvis man ønsker inspiration til badmintontræningen findes der mange gode instruktionsvideoer på youtube. På denne side vises og forklares alle slag med mange gode øvelser og fokuspunkter.

Link: <https://www.youtube.com/channel/UCXYpDcoYJk8CTGLUscj2Tgg/featured>

Nomineringer

Lørdag d. 17. november afgøres det hvem der vinder årets Faxe Kondi Legater. Anni Damgaard B67 er nomineret som årets leder mens Jens-Frederik Nielsen B67 er nomineret som årets idrætsperson. Det er flot at 2 fra badminton er nomineret ud af 9 mulige kandidater og er flot skulderklap til Anni og Jens-Frederik.

Jeg håber at alle er kommet godt i gang med sæsonen og træningen er startet godt op. Er der nogle som har brug for hjælp til planlægning af træninger eller sæsonen er man altid velkommen til at skrive eller ringe til mig.

Venlig hilsen
Rune Svenningsen
+ 45 23 34 00 93
svenningsen.rune@gmail.com