

I dette nummer bl.a.:
Nyt fra afdelingerne
Konkurrencen
Træningslejren i Herlufholm



Ungdomsspillerne har, igen i år, været på træningslejr. Det var den 28. til 30. august og det foregik ligesom i fjor i Herlufsholm. Lejren var en succes, og som billedet viser, blev der "gået til den". Læs inde i bladet.



Hvidovre Badminton—HB 2000

Klubben

Kontoret:

Præstemoseshallen
Præstemosen 209
2650 Hvidovre

Tlf.: **36 78 80 19**
E-post: **HB2000@HB2000.dk**

Kontortid: tirsdag 18.30—19.30

Der er kun fast telefonbetjening i kontortiden.

Alle henvendelser om ind- og udmeldelser, banetildeling, adresseændring m.m. bedes rettet til kontoret eller på e-mail.

Klubbens øvrige kontaktpersoner:
se næstsidside

HB 2000 Posten

Redaktion:

Poul Petersen (ansv.)
Strøbyholm 34
2650 Hvidovre

Tlf.: 36 78 74 58
E-post: posp@email.dk

Stof til bladet bedes leveret i elektronisk form.

Formatet helst som "Word" A-5. Billedfiler bedes sendt separat og ikke indsat i dokumenter.

Deadline for næste nummer:
1. november 2009



Tryk: Hvidovre Kommunes trykkeri



FORMANDEN HAR ORDET

Sæsonen er så småt startet igen for mange af klubbens medlemmer, medens andre først rigtigt kommer i gang i løbet af september. Vi starter op med en sæson, hvor bl.a. tirsdagsmotionisterne igen kan træne på et fornuftigt tidspunkt, og jeg vil i den forbindelse byde velkommen til de nye medlemmer, der har ønsket at blive i Præstemoseshallen som medlemmer af HB2000. Jeg vil håbe, at vi igen i år får en god sæson med mange gode kampe og mange hyggelige timer sammen.

Kontingentopkrævningerne er blevet udsendt med betalingsfrist til 1. september, så hvis du/I ikke har modtaget opkrævning så bedes du/I rette henvendelse til HB2000@HB2000.dk eller ringe i kontortiden. Bemærk at kontortiden er ændret til tirsdage 18.30 – 19.30.

Klubbens banefordeler er taget på højskole, hvorfor du/I fremover skal rette henvendelse til SPU formændene for jeres respektive afdeling eller sende en mail til HB2000, hvis du/I har rettelse eller ønsker om ændring af baner og/eller spilletider.

HUSK at udmeldelse jf. vore vedtægter skal ske skriftligt, hvilket kan være en mail. Der er desværre især blandt vore børn og unge mange, der blot giver besked til en træner, hvilket ofte giver anledning til ekstra arbejde og udgifter for klubben.

Der har været nogle startproblemer med alarmsystemet, men det skulle meget gerne være på plads i skrivende stund. Jeg vil i den forbindelse takke de medlemmer, der har rettet henvendelse til klubben om driftsforstyrrelser på alarmsystemet.

Vi har i sommerens løb fået ny gulvbelægning i cafeens område som erstatning for trægulvet, der hele tiden løsede sig. Jeg vil benytte lejligheden til at takke de medlemmer, der har hjulpet med rydning, rengøring og opsætning af lokalet. Samtidig vil jeg opfordre alle til at meddele bestyrelsen, hvis der opstår nye skader på hal, lokaler, møbler m.v. Der bliver desværre stadig flere og flere skader på væggene i hallen, hvilket er med til at give et dårligt helhedsindtryk. Pas godt på hallen, der er ikke penge til de mange skader.

I ønskes alle velkommen tilbage og nye medlemmer hilses velkommen i HB2000.

God spillesæson 2009-10.

John Berling

Orientering fra ungdomsformanden

Velkommen til nye og gamle spillere i ungdomsafdelingen. Så fik vi startet op igen, men med nogle forhindringer undervejs. Forhindringerne har været, at vi ikke har kunnet skaffe træner til vores mandagstræning i Friheden. Dette skyldes, at de trænere som har trænet her de sidste par sæsoner, har fået skoleskemaer, der gør, at de ikke kan træne længere. Så her i begyndelsen, har Janus og Kenneth, som er hjælpetrænere, været så søde at træde midlertidig til. Men det ser i skrivende stund ud til at vi har løst problemet, idet jeg har fået tilsagn fra en træner -Bo, der er interesseret i at træne børnene om mandagen. Så det er bare dejligt.

Men der er skiftet mere ud i trænerstaben. Michael, der har trænet børn om onsdagen i Præstemosen, er stoppet. Så onsdagen er blevet en træning for de mere øvede spillere og den nye træner her hedder Jeppe. Også fredagstræningen er lavet om, idet Martin er stoppet. I stedet for har jeg ansat Thomas, som står for 3 timers træning fordelt på 2 x 1½ times træning af henholdsvis de øvede fra om onsdagen samt nogle øvede yngre spillere.

Ellers er det fortsat Lene og Dennis der træner om onsdagen i Friheden og Peter der træner om tirsdagen og torsdagen med Janus som hjælpetræner i Præstemosen.

Rent spillermæssigt har der været nogle udmeldelser, men samtidig har jeg også modtaget mange henvendelser fra nye børn, som ønsker at starte med at spille badminton. Ja faktisk har jeg stoppet for tilmeldingerne på både onsdagen i Friheden og torsdagen i Præstemosen, idet der ikke er plads til flere børn. Det er jo fint med så stor tilgang, men frustrerende ikke at have plads til alle.

Holdturneringen starter den 19. september. Vi har tilmeldt 5 hold i denne sæson. Endnu er holdlederne ikke på plads til holdene, men jeg håber på nogle friske forældre, der vil påtage sig denne tjans.

Vi er ellers godt i gang, idet vi allerede har været på træningslejr. Dette kan I læse om andet sted her i bladet.

Til slut vil jeg give jer datoer på vores arrangementer i løbet af sæsonen, så I allerede nu kan reservere dagene:

Juleturnering den 21.november kl.13.30

Familiefjer den 6.november kl.13.30

Klubmesterskab den 8. og 9. maj

Helene



Konkurrencen

Det var lidt småt med løsninger på krydsordet, men det var måske for anstrengende i sommervarmen. Blandt de rigtige løsninger er udtrykket **Rikke Heidemann**, som kan afhente gevinsten efter aftale med redaktøren (36787458).

Nu kan du **udvide dit ordforråd med HB 2000**. Sæt kryds ved den rigtige forklaring på de 10 mærkelige ord nedenfor.

Løsningen afleveres til "Caféen", puttes i klubbens postkasse eller sendes til redaktøren inden 1. november. Vinderen udtrækkes blandt rigtige løsninger.

Eksplisit:	Tydelig	Atletik	Splint
Kovs:	Spand	Øje i tov	Afkog
Empati:	Had	Medfølelse	Demens
Ard:	Plov	Opførsel	Jordlag
Blotting:	Klæde	Farvning	Træpapir
Snøvs:	Snus	Askespand	Poseåbning
Filigran:	Smykkeart	Pyntegran	Længdemål
Merlespir:	Værktøj	Kirkespir	Tryllestav
Kvælde:	Nedsænke	Frugt	Opsvulme
Trunte:	Tudehorn	Træstub	Fugl

Navn: _____

Adresse: _____

Info fra Seniorafdelingen

I seniorafdelingen er vi kommet godt i gang med sæsonen.

Vi startede med "Sommertræning" d. 3. og 5. august i Præstemosehallen, hvor der blev sat gang i de lidt trætte sommerben.

Seniortræningen er nu i fuld gang. Mandag træner Frank A- og B-truppen fra kl. 18-22, mens vi om torsdagen er uden træner. Her påtager Hjerrild og Nicolas sig "træner-tjansen".

Vi har afholdt spillermøde mandag d. 24. august, hvor træningen, trænersituationen, holdkampe og holdledere samt diverse arrangementer i den kommende sæson blev drøftet. Referat af spillermødet er efterfølgende sendt ud til alle seniorspillere.

Holdkampene står lige straks for døren. For alle tre holds vedkommende ligger den første holdkamp i weekenden d. 3. og 4. september.

Også i denne sæson afholdes den populære "Trænings-lørdag", hvor alle seniorspillere er velkomne til at deltage. Frank står for træningsprogrammet, mens alle spillere står for at hygge sig (og spille).

Nærmere besked om dette arrangement følger senere. Men sæt allerede nu kryds i kalenderen ud for **LØRDAG d. 24. OKTOBER**

Med venlig hilsen

Seniorspilleudvalget
Tina, Nicolas og Pernille



Turneringsmotionisterne.

Efter et år hvor vi har kæmpet for, at få vores banetime fra 20-21 tilbage, er turneringsmotionisterne igen på banen kl. 20, hvilket vi alle er rigtig glade for.

På det sidste spillermøde inden sommerferien, blev det besluttet, at tilmelde et ekstra herrehold til turneringen under DGI, da der er kommet flere herrer, i afdelingen som ønskede, at komme ud og spille holdkamp. De fleste holdledere blev også valgt, men da brutto-truppen til de forskellige hold først skulle sættes på backingmødet i sommerferien, blev der lavet et par forbehold, hvis der kom rokeringer på holdene.

Turneringsmotionisterne sluttede sæsonen af med den årlige sommerfest, som anden holdet havde arrangeret. Festen blev holdt hos Mia, og som altid meget vellykket. Ved festen skulle afdelingens spiril gives videre, det var Anita der havde æren. Da spilleren som skulle modtage den, ikke var til stede, blev seancen gentaget på vores spiller møde d. 1. september. Med ordene "Man møder dig altid med et smil, og du får det gode humør frem i en. Du er tit villig til og klar til ekstra kamp. Du er en der giver dine medspiller stor støtte, lige meget hvem du spiller sammen med og hvilket hold man spiller på. Du kommer med masser af opmuntring, hvad enten man har en god eller dårlig bolddag – **STORT PLUS TIL DIG** – Det er en fornøjelse, at se dig på banen, det er utroligt så mange bolde du når, også når du spiller single – **SUPER FLOT** – Ivan jeg ønsker dig rigtig meget lykke til fremover". Ivan har æren af spirillen indtil vores julefrokost.

På spillermødet blev vores nye træner Ole Perregaard præsenteret, de spiller som startede med at træne i august havde stiftet bekend skab med Ole, da Ole havde valgt at have nogle interesselimer for at lære os at kende. Vi ønsker dig velkommen i afdelingen, og glæder os til det fremtidige samarbejde.

På mødet blev brutto truppen på holdene fremlagt, samtidig skulle der vælges to holdledere hvilket ikke blev noget problem. Div. lister samt MSU'en blev gennemgået, og kampdatoerne for hjemmekampene blev fremlagt. Tiderne for udebanekampene vil være på plads i løbet af et par dage. Tilmeldingen af hold til turneringen under DGI, skal først falde i starten af august, hvilket giver nogle problemer, når hjemmebane kampene skal planlægges, da vi er den sidste afdeling der skal indgive ønsker. Men her syntes jeg Ove skal have en tak, da han havde taget nogle forholds regler, så vores kampe ikke kom til at ligge på de dårligste tidspunkter. Som noget nyt var det besluttet, at afholde en træningslørdag d. 5. september. Ole havde lavet et program som strakte sig over fem timer. 20 spillere havde tilmeldt sig, og gav efterfølgende en meget positiv tilbagemelding, ved dagens afslutning. Dem der ikke havde anden aftale, blev til fodbold og spisning, Finn havde som altid kræset for vores forventede ganer.

Nu ser vi frem til turnerings start, og en sæson hvor vi kan koncentrere om at gøre det vi allerhelst vil, - nemlig spille badminton.

Anette Ridal.



Træningslejr i Herlufsholm den 28,29 og 30. august

Vi gentog succesen fra sidste år og inviterede alle ungdoms-spillere til at deltage i træningslejren i Herlufsholm.

I år bestod trænersteamet Frank Johannsen – lige som sidste gang og Jeppe Ludvigsen – ny træner hos ungdommen.

Programmet var således:

Herlufsholm den 28. til 30. august 2009

Fredag d. 28.:

KL: 16:30-18:00: Ankomst og indkvartering.
KL: 18:00-19:00: Aftensmad i kantinen.
KL: 19:00-21:30: 1. Træningspas. Badning efter træning og Hygge.
KL: 21:30-22:30: Badning og aftenhygge.
KL: 22:30 → Vi går i seng.

Lørdag d. 29.:

KL: 07.15-08:15: Vækning, morgenløb og morgenmad.
KL: 08:15-10:30: 2. Træningspas.
KL: 10:30-12:00: Svømmehal.
KL: 12:00-13:30: Frokost. Informationer om holdkamp, og holdinddelinger
KL: 13:30-16:00: 3. Træningspas.
KL: 16:00-17:30: Forberedelse til holdkamp.
KL: 17:30-19:00: Aftensmad.
KL: 19:00-21:30: Holdkamp!
KL: 21:30-22:00: Badning.
KL: 22:00-23:00: Præmieoverrækkelse og hygge.
KL: 23:00 → Vi går i seng.

Søndag d. 30.:

KL: 07.15-08:15: Vækning, morgenløb og morgenmad.
KL: 08:15-10:30: 4. Træningspas.
KL: 10:30-12:00: Svømmehal.
KL: 12:00-13:15: Frokost.
KL: 13:15-15:15: 5. Træningspas.
KL: 15:15 → Badning, oprydning, evaluering, farvel.



Tilslutningen til lejren var lidt større denne gang, så der var 36 spillere, de 2 trænere og undertegnede – i alt 39 personer, der indtog Herlufsholm idrætscenter, fredag den 28. august. Og det er faktisk hvad der er plads til på centret. Der er nemlig kun 30 sengepladser, så resten måtte ligge på madrasser inde på værelserne.

Mange af deltagerne havde også været med sidste år, så forventningerne til dette års lejr var høje. Især var spillerne ivrige efter at udfritte trænerne om hvorvidt de ville blive vækket midt om natten lige som sidste år. Men trænerens munde var hermetisk lukkede..... Selve programmet til lejren var overordnet, så spillerne kunne ikke se hvad de forskellige træningspas indeholdt.

Og det blev igen en super oplevelse for spillerne. Udendørs blev der løbet et 3 km's morgen løb, 3 km på tid, spillet rundbold med tennisketsjer (så der var langt mellem hellerne)

I hallen blev der trænet baghånd, div. drop og en masse benarbejde.

Derud over var vi i svømmehallen både lørdag og søndag.

I de sparsomme pauser havde spillerne mulighed for at snolde på den nærliggende tank. Og så var der da også en del kage der skulle sættes til livs. Vi havde nemlig fået en del hjemmebag og hjemmebragt kage med, som nogle søde forældre havde givet os med. Og det var dejligt, fordi spillerne trængte indimellem til noget hurtig energi mellem træningspassene.

Lørdag var der planlagt et brag af en holdkamp. Spillerne var delt op i 2 hold, som så skulle spille mod hinanden. Vinderholdet ville blive overøst med ”syge kæmpepræmier”. Men det var ikke kun vinderen af holdkampen som der var præmier til. Der var også præmie til det hold som var bedst til at heppe på sine holdkammerater og som havde den bedste præsentation af sit hold. Så lørdag inden aftensmad gik med at forberede indmarch, male banner og øve slagsange.





Og det blev et brag af en holdkamp, da holdene så tørnede sammen. Der blev virkelig kæmpet på banerne og hepperne gik til den, så der ikke var grønlyd i hallen.

Kl. 21 var der fundet vindere i de 3 discipliner og de "syge kæmpepræmier" blev uddelt: ketchergreb til vinder af indmarch og hejpekor, medalje og stor slikpose til vinder af holdkamp og lille slikpose til taber af holdkampen – ikke et øje var tørt.



Så blev det den legendariske lørdag nat, hvor mange af spillerne regnede med at blive vækket ved 2-tiden om natten. Og ja, deres forventninger blev indfriet. Hvad de dog ikke havde regnet med var, at i år skulle de ikke bare i hallen for at lave noget boldspil, men ud på natløb.

Spillerne blev inddelt i 4 hold med 9 spillere på hvert hold. Og så var det ellers ud i natten for at finde de 5 poster og svare på en masse svære spørgsmål. Det skal lige tilføjes at vejrudsigten til denne weekend havde lovet regn og skybrud, men intet af dette havde vi, til vores store lettelse, ikke set noget af – før nu her midt om natten. For 2 minutter efter at holdene var sendt ud i natten, begyndte regnen at styrte ned. Men det betød ikke noget for spillerne. De drøede rundt ude i natten og fandt hurtigt alle posterne, så 15 minutter efter start, var første hold inde igen. Og det første der blev spurgt om var: må så gå i seng nu???



Næste dag slap spillerne for morgen løb og de fik lov til at sove til 7.25, eftersom de jo havde været oppe om natten. Og det var da også nogle meget trætte børn der kom ind til morgenmaden søndag morgen.

Efter at have trænet hårdt også om søndagen, gik turen hjemover igen. Men inden da, blev der lige kåret den spiller, som gennem weekenden havde knoklet mest i alle disciplinerne – uden at pive. Valget faldt på Simone De Blanck.

Også den spiller der havde ud-mærket sig mest med sit positive, kammeratlige og glade væremåde blev kåret. Her faldt valget på Søren H Larsen. Begge spillere fik en spilletrøje fra landsholdsspillerne Nielsen og Mogenssen.

Og så var dette års træningslejr veloverstået. På parkeringspladsen ved Præstemoseshallen modtog forældrene nogle meget trætte børn, som allerede har spurgt



om der også bliver en træningslejr næste år. Og det kan vi jo tolke derhenad at træningslejren var en succes. Sluttelig er der tilbage at sige 10000000 tak til trænerne, der igen i år gjorde en kæmpeindsats for at give børnene en kæmpe sjov og krævende oplevelse med masser af fysisk og teknisk træning.

Og også mange 1000000 tak til jer forældre, som var så søde at sørge for kage til os.

Helene

Klubbens kontaktpersoner.

Bestyrelsen:

Formand:
John Berling 36 49 19 81

Næstformand:
Ole Høg Perregaard 36 77 72 20

Sekretær:
Inge Larsen 36 78 70 26

Kasserer:
Jeanette Ingerslev 36 47 33 24
jeanette.ingerslev@siemens.com

Bestyrelsesmedlem:
Anette Ridal 24 63 25 87
ridal@webspeed.dk

Bestyrelsesmedlem:
Leif Magnussen 36 49 06 89
Lema@post1.dknet.dk

Bestyrelsesmedlem:
Tina Lougart 36 49 65 08
lougart@pc.dk

Bestyrelsesmedlem:
Helene Jensen 36 49 24 84
htorsvadjenen@hotmail.com

Udvalg m.m.:

Ungdom:
Helene Jensen 36 49 24 84
htorsvadjenen@hotmail.com

Seniorer:
Tina Lougart 36 49 65 08
lougart@pc.dk

Motionister:
Anette Ridal 24 63 25 87
ridal@webspeed.dk
Jens Olsen 23 68 43 09

Veteraner:
Leif Magnussen 36 49 06 89
Lema@post1.dknet.dk
Peter Pedersen 36 49 16 96

Booking:
Ove Rasmussen 36 49 75 45

Banefordeling:
Kontoret og udvalgsformændene

Klubbens hjemmeside:
www.HB2000.dk
Web-master:

John Berling 36491981



BAGSIDEN

Velkommen til ny sæson. Alle er forhåbentlig "ladet op" efter en dejlig sommer. Og her er så sæsonens første klubblad.

Lidt tyndt, men der er jo ikke sket så meget endnu..

Alle har sikkert bemærket, at Præstemosehallen har fået nyt linoleumsgulv i klublokalet. Det var også tiltrængt.



For at man kunne lægge gulv, skulle lokalet ryddes for alt inventar: bar, TV, flaskeautomat m.m.

Bagefter skulle det hele på plads igen. Her trådte en håndfuld fiittige klubmedlemmer til,

som efter flytteriet også støvede af, vaskede lamper, pudkede pokaler m.m.

På billedet kan ses at der arbejdes for sagen !

Herefter er bare at sige:

God sæson og på gensyn i "Posten" nr. 4