



# **VIRUM-SORGENFRI BORDTENNISKLUB**

**Introholdet 2015**  
**7. oktober – 16. december**

På introholdet kommer du på hold sammen med andre nybegyndere. Her tager klubbens trænere spillerne igennem et forløb, hvor de bliver klædt bedst muligt på til at indgå i træningen sammen med de eksisterende ungdomsmedlemmer.

**Hvornår?:** Træningen foregår onsdag 17.30-19.00

**Sted:** Virums klublokale I Virumhallen. (Geels Plads 40, 2830 Virum)

**Træner:** Introholdet varetages af klubbens ungdomstrænere, som har flere års erfaring med træning af ungdomsspillere. I løbet af forløbet møder spillerne desuden cheftræner David Hindersson. David varetager til dagligt træningen af klubbens bedste ungdomsspillere.

**Hvad skal jeg have med?:** Vi forventer at alle møder op omklædt i sportstøj og indendørssko. Medbring desuden drikkedunk. På introholdet kan man låne bat.

**Udstyr:** Klubben har en fordelagtig aftale med Stiga, som betyder at medlemmerne kan købe udstyr til fordelagtige priser. Vi anbefaler **IKKE**, at man køber sit bat uden at have modtaget vejledning fra en træner.

**Deltagerpris:** 500 kr. for hele forløbet. Dette inkluderer også din første stævnelicens. Introprisen betales kontant til træneren ved din første træningsdag.

**Tilmelding:** Sker på mail til [david\\_hindersson@hotmail.com](mailto:david_hindersson@hotmail.com). Jo før jo bedre, men du kan nå at komme med, så længe der er plads på holdet.

**Spørgsmål:** Kontakt da David Hindersson (31 60 06 67) eller på ovenstående mail (foretrækkes).

Med venlig hilsen  
Virum/Sorgenfri BTK

