

## Opstartsbrev sæson 2016/17

Til ungdomspillere og forældre i trup 1.

Vi har netop afsluttet sæsonen 2015/16, og skal derfor til at kigge frem mod den nye sæson.

Vi går en yderst spændende sæson i møde, og der vil også komme nogle nye tiltag, i fht. hvad I tidligere har været vant til.

Som bordtennisspiller er der 4 grundpiller man kan arbejde med: Teknik, Taktik, Mental, Fysik. Vi vil i Viby forsøge at kunne tilbyde træning, der kommer rundt om alle 4 grundpiller. Til den mentale træning, har vi fået tilknyttet Henrik "Lunder". Lunder vil komme en aften, hvor han vil præsentere sig selv og fortælle lidt om hans metoder. Herefter vil der være tale om egenbetaling. Vi er så heldige, at Tobias Lau og Pernille Agerholm gerne vil lave et fysisk træningsprogram til os. Både Tobias og Pernille har været en del af den daglige landsholdstræning i Brøndby tidligere i deres karrierer. Den viden, de har fået gennem deres erfaringer, vil være yderst givende for os.

Teknisk og taktisk bliver vi dækket godt ind i den daglige træning, så alt i alt mener vi, at vi har et rigtig godt tilbud til jer.

Træningen tirsdag og torsdag vil blive varetaget af Lars Bendtsen. Lars er pædagog og har ca. 10 års erfaring som træner, hvoraf de sidste 4 år har været i Sisu. Træningstiderne er ligesom i den forgangne sæson fra 17.00-19.00 begge dage.

Truppen er som følger:

Alexander Lorentzen

Andreas Nielsen

Emil Rasmussen

Albert Carlsen

Daniel Rasmussen

Josef Aydin

Marius Dam

Mikkel Madsen

Mikkel Rauhe-Nielsen

Mikkel Johansen

Niels-Anton Tybirk

Viktor Oksfeldt

Tobias Vester

Johan Grønhøj

Sally Maribo

Benjamin Rasmussen

Det er ikke alle spillere, der træner med begge dage, men langt de fleste gør som udgangspunkt.

Vi begynder træningen tirsdag i uge 32 efter vores to opstartslejre er afsluttet. Torsdag i uge 32 vil der være selvtræning, og derefter kører træningen som normalt.

Lars vil holde et indledende forældremøde, så dem der endnu ikke har hilst på ham, har mulighed for det. Lars vil ydermere fortælle lidt om planerne for sæsonen.