

Nyhedsbrev

vol. 1, oktober 2022



Indhold

Sæsonens første nyhedsbrev	2
Nyt fra bestyrelsen	3
Nyt fra ungdom	4
Nyt fra senior	6
Hjemmeholdkampe i senior	8
Nyt fra veteran	9
Holdturneringshold i LBK	12
Udvalg i LBK	13
Sponsorer	14

Sæsonens første nyhedsbrev

Kære medlemmer i Lyngby Badminton Klub!

Så er vi endelig klar med sæsonens første nyhedsbrev! I denne udgave vil vi give et indblik i, hvad der skete i slutningen af sidste sæson, hvad der allerede nu er sket i sæsonen, og lidt om hvad der kommer til at ske.

Vi bestræber os på at komme rundt i de forskellige afdelinger, og berette om alle de spændende ting der rør sig i LBK.

Forhåbentlig kan vi i de næste nyhedsbreve berette om en masse flotte resultater og spændende nyheder fra holdkampe, turneringer, træninger og sociale arrangementer.

Hvis i vil være sikre på ikke at gå glip af de mange spændende ting der rør i klubben, så husk også at følg med på klubbens facebook side, hvor der berettes om hjemmeholdkampe, turnerings resultater, arrangementer og meget mere.

Vi håber i har lyst til at læse med og blive lidt klogere på, hvad der rør sig på tværs i klubben!

Nyt fra bestyrelsen

Bestyrelsen er også kommet fra sommerferie og er gået i gang med arbejdet. Fokusområderne er at udbygge indtægtsgivende aktiviteter samt at følge med i Engelsborgskolens udbygningsprojekt. Den 1. september sagde vi velkommen til Mette Simson Degn som administrator, og Grethe (og Knud) giver nu stafetten videre.

Indtægtssiden i klubben skal forbedres via sponsorer og andre indtægtsgivende aktiviteter, og bestyrelsen opfordrer dig derfor til at kontakte os med ideer til sponsoremner og andre indtægtsmuligheder for klubben.

Mht. til Engelsborgskolen, så er kommunens projekt (etape-I) lidt forsinket. Etape-I har ikke direkte indflydelse på LBK, men det forventes etape-II at få. Etape-II er ikke sat i gang endnu, men kommunen har netop udsendt udbudsmateriale for i december 2022 at kunne indgå en aftale med en bygherrerådgiver for etaperne II og videre. Det bliver denne bygherrerådgiver, og kommunen i dialog med LBK, som skal beskrive de krav, der skal opfyldes for, at LBK kan spille badminton på alle niveauer.

Bestyrelsen ønsker alle en god sæson 2022/23.

LYNGBY BEHANDLERHUS STØTTER LBK

Det gør vi fordi, Lyngby Badminton Klub har en stor plads i vores og vores børns hjerter, og fordi vi har et hus fyldt med dygtige behandlere, som vi ved, klubbens medlemmer kan have stor glæde og gavn af!

HVOR ER VI?

Skråt over for badmintonklubben på hjørnet af Christian X's Allé og Engelsborgvej ligger vores smukke gamle villa.

HVEM ER VI?

Vi er et hus bestående af 15 selvstændige behandlere og terapeuter, der arbejder sammen i et professionelt fællesskab.

Vi dækker et bredt felt af kompetencer inden for krop, balance, skadesbehandling og terapi. Så næsten uanset hvad

dit behandlingsbehov er, kan vi hjælpe dig. Du kan finde os på www.lyngbybehandlerhus.dk, hvor du også kan læse mere om den enkelte behandler.



Lyngby behandlerhus er ejet af Rebekka Simonsen og Toke Hougaard, der begge har en lang historie med LBK. Rebekka har to børn, der er meget aktive i klubben, og er selv aktiv frivillig hjælper. Toke har spillet i klubben siden 1988 og har i den mellemliggende periode beklædt næsten alle mulige frivillige og lønnede poster i klubben. Toke har også to børn i LBK.

SPONSORATET

Vi vil gerne give tilbage til den klub, der giver os og vores familier så meget. Derfor tilbyder vi at **MATCHE ALLE FRIVILLIGE DONATIONER TIL LBK OP TIL 1.000 KR PR. INDSKUD, DER BLIVER MODTAGET INDEN 1/12 2022***. Giver du 250 kr., så giver vi altså også 250 kr.

Donationer kan sendes på klubbens MobilePay nummer: **39308**. Skriv "**Lyngby Behandlerhus**" i tekstfeltet, så vi kan sikre, at beløbet bliver matchet.

Vi håber, at dette kan give et godt bidrag til klubben, så LBK kan vedblive at være et fantastisk omdrejningspunkt for alle medlemmer.

GAVEKORT

At give den rigtige behandling i gave kan være svært. Derfor kan du købe gavekort, som kan bruges til (næsten) alle husets behandlere. Den heldige modtager kan så selv finde det bedste match. Du køber gavekort ved at sende en mail med navn og beløb til INFO@LYNGBYBEHANDLERHUS.DK

Vel mødt i Lyngby Behandlerhus!

*Lyngby Behandlerhus donerer maksimalt 20.000 kr. under denne kampagne. Det vil blive kommunikeret via e-mail til klubbens medlemmer samt på klubbens Facebook side, hvis der opnås en samlet donation på 20.000 kr.

Nyt fra ungdom

Afslutningen på sidste sæson

Siden sidste nyhedsbrev har der på det sportslige område i ungdomsafdelingen navnlig været to begivenheder at fremhæve.

Først var der individuelt Ungdoms DM, hvor LBK som sædvanlig var repræsenteret med mange spillere, og i alle årgange, med mange gode kampe og resultater til følge. Specielt må det fremhæves at Elias Martin i U13 blev dobbelt danmarksmester, idet han vandt single uden at afgive et eneste sæt i hele turneringen og herredouble med sin makker fra Lillerød. Det var fantastisk flot!!

Kort efter var der DM for ungdomshold, hvor LBK var repræsenteret i både U13 og U15. U15'erne fik en fin femteplads efter nogle tætte kampe og U13'erne gik hele vejen til finalen. Her tabte de dog til et kombineret hold fra Gentofte og Kastrup, men de kan i al fald bryste sig af at være Danmarks stærkeste hold fra en enkelt klub – SÅ flot!



Til venstre ses Elias Martin efter sit flotte dobbelte danmarksmesterskab. Til højre ses et u13 holdet til hold DM

Vi ser frem mod den kommende sæson

Den nye sæson startede traditionen tro med opstartslejr i den sidste weekend af skoleferien, hvor 45 børn var samlet fra fredag til søndag med et hold på hele syv trænere. Lejren var også i år en succes – ikke mindst socialt – både takket være trænerne, men også i høj grad på grund af de mange forældre, der hjalp til med at arrangere lejren, sørge for måltider og bakke op! Også en stor tak til Netto på Engelsborgvej som sponserede alle råvarerne til de mange måltider!

Allerede dagen efter opstartslejren startede de almindelige træninger, hvor vi er meget glade for at kernen i trænergruppen er intakt fra sidste år med Peter Arvedsen og Lars Klintrup i spidsen. Magnus Hede vil også i år have mange timer, Kristian Pihl en del, og på specialtræningen vil vi også i år have Lian Ying Zhang, Kim Nielsen og Lotte Thomsen tilknyttet. Som nogle måske ved er Lian teknisk træner i det danske landstrænerteam og Kim tilknyttet det spanske landstrænerteam (og også seniortræner hos os), mens Lotte selv i mange år spillede på allerhøjeste internationale niveau

Holdturneringen for ungdom starter først til oktober, men vi har netop tilmeldt holdene i de forskellige rækker. Vi stiller i år med i alt 12 hold, nemlig 4 U11-hold, 4 U13-hold, 3 U15-hold og et U17-hold. I seniorafdelingen er der tilmeldt et 5. seniorhold, som primært er tænkt til ungsenior-spillere, således at U17/19-spillere, og dem der er lidt ældre, kan være grundstammen her.



Stemningsbillede fra årets opstartslejr i ungdom

Hvornår skal du vælge akupunktur?

De fleste ved, at akupunktur er en behandlingsform med rødder i det gamle Kina, hvor man ved hjælp af nåle afhjælper smerter i kroppen. Mange bliver dog overraskede over at høre, hvor bredt akupunktur rækker ud.

Akupunktur er rigtig effektivt til behandling af ledsmerter, men jeg behandler i høj grad også mere kroniske tilstande som migræne, allergi, bihulebetændelse eller symptomer som hedeture ved overgangsalder.

Sammenhæng mellem symptomer og årsag

I mange tilfælde er det nødvendigt at gå et spadestik dybere, idet smerter og ubalancer ofte hænger sammen med en psykisk påvirkning, som du måske ikke selv er opmærksom på eller ikke ved, hvordan skal håndteres.

Døjer du for eksempel med nakkesmerter eller hovedpine, stammer det tit fra en spændt kæbe, hvor man især om natten ubevidst spænder i kæben, hvilket påvirker kroppen, så man vågner med en øm nakke eller hovedpine. For at undgå at symptombehandle arbejder jeg derfor altid med at søge ind til årsagen. Når årsagen behandles, fjernes symptomerne også. I dette tilfælde er den spændte kæbe årsagen, mens den ømme nakke eller hovedpinen er symptomet.

For mange tanker, stress og en følelse af pres udefra fører desværre ofte til søvnløshed, angst, uro eksamensangst og tankemylder. Her kan et forløb med akupunktur give fornyet ro og hjælpe med at komme gennem en stresset periode eller et eksamensforløb.

Står du med en smerteproblematik eller en følelsesmæssig udfordring, som du ikke kan få afhjulpet eller knækket koden til, er du altid velkommen til at kontakte mig for at høre, om akupunktur kan hjælpe.

Akupunkturmageriet
Rebekka Simonsen
RAB-godkendt akupunktør
Christian X's Allé 168
2800 Kongens Lyngby
Mobil: 23113880
Mail: info@akupunkturmageriet.dk

Husk at Sundhedsforsikringer dækker akupunktur

Husk at en privat sundhedsforsikring dækker akupunktur i de fleste tilfælde, mens Sygeforsikringen Danmark yder tilskud. Dette er gældende, når akupunktøren er RAB-godkendt (Registreret Alternativ Behandler)


**Akupunktur
mageriet**



Nyt fra senior

Sæsonen der gik

Holdturneringen sæson 21/22 bød for seniortruppens vedkommende på spænding helt til det sidste, hvor flere af holdenes op- og nedrykningsmuligheder først endeligt blev afgjort i allersidste runde.

Heldigvis faldt de fleste resultater ud til Lyngbys fordel, og vi kan se tilbage på en sæson, hvor vi i stor udstrækning nåede klubbens målsætning; Både 1, 2, 3 og 4 holdet fastholdt deres placeringer, imens 5 holdet desværre måtte tage til takke med en nedrykning.

Socialt sluttede truppen vanen tro af med en afslutningsfest hvor de flotte resultater blev fejret.

I denne sæson har vi endnu engang 5 hold tilmeldt, og vi er klar til at give den gas i hallerne.

Henover sommeren har der i senior-regi været fuld gang i sommertræningen. Denne varetaget af en række af klubbens egne spillere, samt af Kim Nielsen. Sommertræning har været godt besøgt af både unge og ældre seniorspillere, så truppen stod helt klar til sæson start i midt august.

På spillersiden har vi desværre måttet sige farvel til flere spillere omkring klubbens højst placerede hold. Heldigvis kunne vi i midten af sidste sæson byde velkommen til Erik Olsen som kommer som en god forstærkning af truppen. Velkommen til!

Trænere i senior

Lars Klintrup

Kim Nielsen

Maja Rindshøj

Niels Christian Kaldau

Sæsonstart i senior

Opstartslejr

Sidste weekend i august blev der afholdt opstartslejr i senior. Her deltog omkring 20 senior spillere og fik skudt sæsonen godt igang med både badminton, yoga og fitness træning på programmet.

Tusind tak til Rawbite, Føtex bageren samt Orange theory fitness for at hjælpe os med at skabe rammerne for en god sæson opstart



Hjemmeholdkampe i Senior Grundspil 22/23

10.09 Lyngby 1 mod KBK Kbh. kl 11:30

10.09 Lyngby 3 mod Nivå-kokkedal kl 14:30

11.09 Lyngby 2 mod KBK Kbh. 2 kl 11:30

24.09 Lyngby 4 mod Dragør 2 kl 11:30

08.10 Lyngby 3 mod Gentofte 4 kl 14:30

29.10 Lyngby 1 mod Skovshoved 2 kl 11:30

29.10 Lyngby 2 mod Skovshoved 4 kl 14:30

29.10 Lyngby 4 mod Hvidovre 4 kl 17:00

05.11 Lyngby 5 mod Hvidovre HB2000 2

26.11 Lyngby 5 mod SAIF Kbh. 4

10.12 Lyngby 1 mod Karlslunde kl 11:30

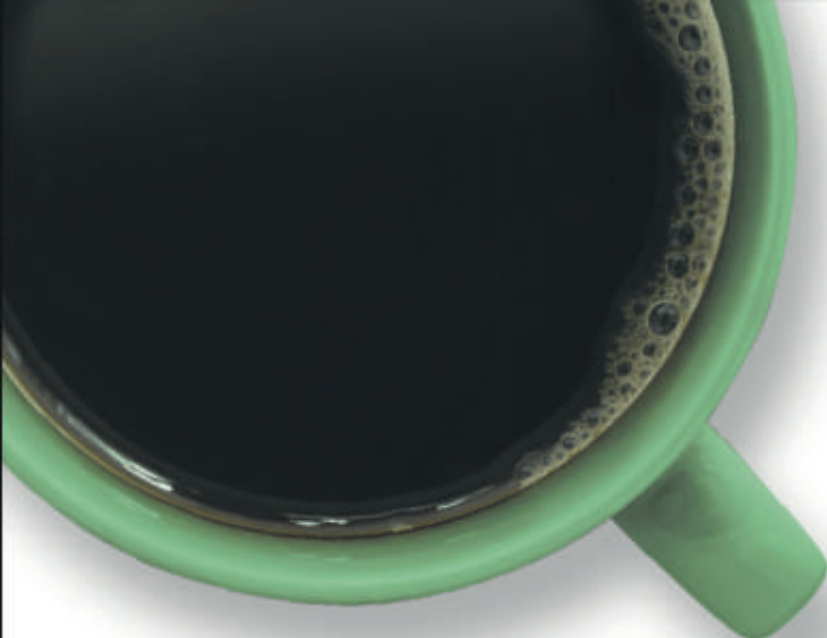
10.12 Lyngby 2 mod Lillerød 3 kl 14:30

10.12 Lyngby 4 mod Charlottenlund 3 kl 14:30

10.12 Lyngby 3 mod Kirke hyllinge-skibby kl 17:00

14.01 Lyngby 3 mod Frem-Hellebæk kl 11:30

05.03 Lyngby 5 mod CBS Sport Badminton



Jeg vil gerne snakke med dig

I Jyske Bank tror vi på at snakke sammen. Vi tror på, at det er vigtigt at få vendt det, du drømmer om eller bøvler med – for sammen kan vi måske finde en løsning, du ikke selv har fået øje på.

Vi kunne jo starte med at mødes over en kop kaffe?

Steen Givard

Afdelingsdirektør

steen.givard@jyskebank.dk

Tlf. 89 89 05 10 · Klampenborgvej 203 · Kgs. Lyngby



JYSKE BANK

Du kan altid få hjælp i Jyske Bank.
Når afdelingen har lukket, tager gode kolleger
telefonen på 89 89 89 89 (døgnet rundt).

Nyt fra veteran

Ny onsdagstræning

Den nye træning onsdag kl. 19-21 for veteran 1.+2. hold er i gang med stor tilfredshed blandt deltagerne.

Julefrokost 2022

Flere af veteranholdene har gennem årene holdt egne julefrokoster. I år er det VETUs ønske at holde én fælles julefrokost, som skal medvirke til at vi lærer flere veteranspillere at kende, selvom man ikke nødvendigvis har sin gang på samme træning og samme hold.

Datoen er fastlagt til fredag den 18. november kl. 18:00 i klubben, så sæt et kryds i kalenderen allerede nu. Vi håber at se rigtig mange.

Holdturnering

Vi har tilmeldt 9 veteranhold i den kommende sæson: 3x40, 4x50 og 2x60. Målsætningen for holdene er at kunne blive i rækkerne. Det kan dog blive ekstra svært for 50+4 i år, da holdet grundet trækning af et 50-hold, er rykket to serier op.

Facebook:

Husk at tilmelde dig LBK veteranernes egen Facebook-gruppe 'LBKs veteraner', der pt har 52 medlemmer. I Facebook-gruppen annonceres arrangementer m.m

EM i Slovenien 2022

I august blev der afholdt veteran EM i Slovenien. Her var Lyngby flot repræsenteret med følgende deltagere og resultater:

Lars Klintrup (HD45 og HS45) HD slået ud i tredje runde i både HS og HD
Helle Mathiasen (MD50 og DD50) bliver slået ud i første runde
Grethe Danielsen (MX75) bliver slået ud i første runde
Knud Danielsen (MX75, HD75 og HS75 (seedet 1.er)) bliver slået ud i første runde i MX og HD, men går videre i HS og taber knebent med 22-20 i tredje sæt

Lone Hagelskjaer Knudsen vinder sølv i DS60

Lone Hagelskjaer Knudsen vinder guld i MX60 med Birger Steenberg

Lone Hagelskjaer Knudsen vinder bronze i DD60 med Birte Bach Steffensen

Karsten Meier vinder bronze i HD65 med Tariq Farooq, Østrig

Karsten Meier vinder bronze i MX65 med Marie-Luise Schulta-Jansen, Tyskland



Veteran turnering i Silkeborg

Ved Silkeborg Badminton Klubs veteran turnering, som blev spillet 3.- 4. september 2022, kaldet Hjejlen Cup, var Lyngby Badminton Klub repræsenteret med 4 spillere:

Helle Mathiasen, Lone Knudsen, Grethe Danielsen og Knud Danielsen.
Vi stillede op i:

40+ Damedouble hvor Helle og Lone spillede sammen, og blev 2'er i indledende pulje.

50+ Mixed double hvor Helle (og østrigsk makker) opnår en 3. plads.

50+ Dame single, hvor Lone vinder.

55+ Mixed double hvor Lone (og Tony Lillholm, Humlebæk) opnår en 1. plads

65+ Dame double hvor Grethe (sammen med Thea Gyldenør, Silkeborg) opnår en 2. plads.

65+ Mixed Double, hvor Grethe og Knud spillede sammen og opnår en 2. plads

70+ Herre single, hvor Knud opnår en 2. plads

70+ Herre double, hvor Knud (sammen med Harry Skydsgaard, Silkeborg) opnår en 1. plads.

Vi kan sige, at det var et rigtig fint arrangement, herunder ikke mindst sejlturen på Silkeborgsøerne med Hjejlen lørdag aften i pragtfuldt vejr.



Body S|D|S er en behandlingsform, der gør krav på sin helt egen kategori.

Den forener massage og viden om bevægelsesapparatets fysiologi og sygdomme, med en hidtil uset og holistisk tilgang. Den renser. Blødgør. Genopretter. Reparerer. Går i dybden. Fysisk og mentalt. Vægter åndedræt og sind. Den er ingen mirakelkur. Den giver ingen utroværdige løfter. Men dens resultater gør, at den er på hastig fremmarch.



Body SDS kan med sin holistiske tilgang til kroppen effektivt afhjælpe en bred vifte af ubalancer i kroppen.

Fra sportsskader og arbejdsskavanker til stress og angst.

Uanset hvad du kommer med gør vi meget ud af at finde årsagerne til dine problemer, så effekten bliver varig.

Find os i Lyngby Behandlerhus på Chr. X's alle 168 - kun et stenkast fra LBK.

Ring på 51 94 49 07 eller gå ind på **www.tokehougard.dk** og læs mere.

Hvorfor jeg støtter LBK? Fordi klubben har givet mig og min familie så utrolig mange venskaber og gode oplevelser gennem de sidste 30 år, og det vil jeg gerne give videre til alle andre LBK'ere!!



Body S|D|S® er en anerkendt behandlingsmetode, udviklet gennem tre generationer og videreført af Bengt Valentino Andersen, til behandling af kliniske sygdomme, sportsskader, forebyggelse af forskellige lidelser, vedligehold af en sund krop og optimering af fysiske og mentale præstationer

Holdturnering LBK

I denne sæson har vi hele 25 hold tilmeldt på tvært af klubbens afdelinger
Alle holdene kan følges på www.badmintonplayer.dk

Ungdom

U11

Lyngby 1
Lyngby 2
Lyngby 3
Lyngby 4

U13

Lyngby 1
Lyngby 2
Lyngby 3
Lyngby 4

U15

Lyngby 1
Lyngby 2
Lyngby 3

U17

Lyngby 1

Senior

Lyngby 1. division
Lyngby 2 3. division 3
Lyngby 3 Danmarksserien
Lyngby 4 KBH Serien
Lyngby 5 Serie 1

Veteran

SEN+40

Lyngby 1 Elite
Lyngby 2 1. Serie
Lyngby 3 3. Serie

SEN+50

Lyngby 1 1. Serie
Lyngby 2 2. Serie
Lyngby 3 3. Serie

SEN+60

Lyngby 1 1. Serie
Lyngby 2 2. Serie

Udvalg i Lyngby Badminton

Bestyrelsen

Karsten Meier (Formand)
Jørgen Jepsen (Kassér)
Frederik Greisen (SSU)
Hans-Henrik Eigtved (USU)
Lars Gottlieb (VETU)
René Simonsen (Sponsor)
Kathrine Hagen (Suppleant)

USU

Hans-Henrik Eigtved (formand)
Kristian Pihl
Mille Nielsen
Nicolai Juulsager
Mette Degn
Jesper Christensen

SSU

Frederik Greisen (formand)
Cille Wehlast Nielsen
Kathrine Hagen
Marcus Førby
Oskar Hagen

VETU

Lars Gottlieb (formand)
Grethe Danielsen
Henrik Nordvig
Knud Danielsen
Lene Grønbech
Mie Larsen



NORDKYSTEN
Entreprenørfirmaet A/S

VIL DU HAVE LØN FOR AT VÆRE AKTIV?

Så skal du måske søge job i entreprenørbranchen!

**Håndmand eller maskinfører hos os! Her arbejder
du i det fri – og får brugt både krop og hoved**

Din indsats er vigtig! Det er nemlig dig, der sørger for, at vi har vand, varme og strøm på Sjælland. Det er fast arbejde – og du kan arbejde eller uddanne dig med løn.

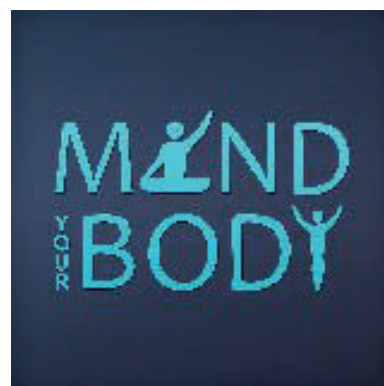
Vi har job til dig, der har lyst til at lære faget!
Synes du, det lyder interessant?

**Så giv et kald til vores HR-afdeling direkte på 4339 3939
eller skriv til hr@nordkysten.dk**

Ansvarligt, troværdigt og løsningsorienteret samarbejde

nordkysten • dk

Sponsorer LBK sæson 22/23



Tusind tak for jeres støtte

Sponsorer LBK sæson 22/23



VALDAL
ADVOKATFIRMA

Tusind tak for jeres støtte



Tak fordi du læste med!

Nyhedsbrevet er til for klubbens medlemmer med håbet om at kunne interessere og oplyse.

Nyhedsbrevet udkommer to gange i løbet af sæsonen og stræber efter at dække bredt og give et indblik i hvad der rør sig i de forskellige afdelinger af klubben.

Er der noget du mangler eller har du lyst til at bidrage til næste nyhedsbrev hører vi meget gerne fra dig på mail:
kathrine_hagen@hotmail.com