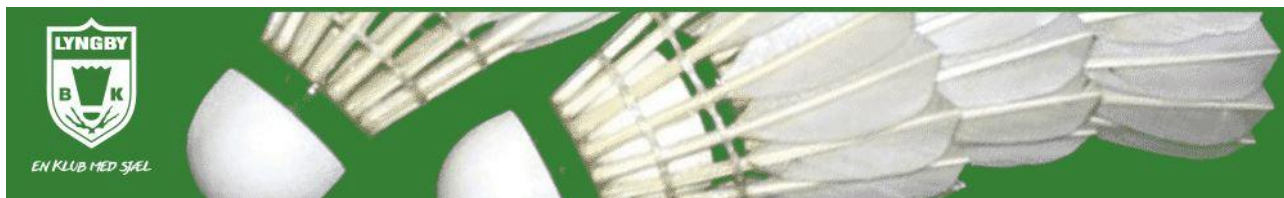




Nyhedsbrev september 2018

Indholdsfortegnelse

1. Veloverstået opstartslejr	3
2. Seniortræningslejr og nye LBK-spillere.....	4
3. Dobbelt LBK-guld til Danish Junior Cup.....	4
4. LBK-tilbud Transocean Sport A/S	5
5. R2D2 er kommet til LBK	6
6. Samarbejde med træningskonceptet 6-Directions	7
7. Hvordan ser fremtidens LBK ud?	7
8. Autoriseret body SDS-behandling v. Toke	8
9. Udvalgte arrangementer/turneringer	9
10. Kontaktoplysninger	9

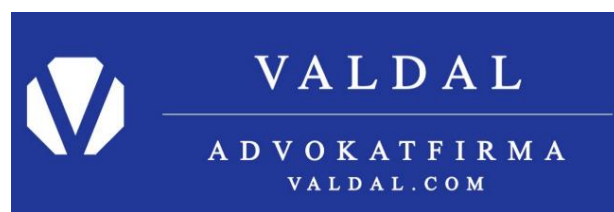


Velkommen til en ny sæson i Lyngby Badminton Klub. Tag godt imod vores sponsorer, der støtter os i denne sæson!



—TRANSOCEAN—
SPORT A/s

inforevision 



gott-IT
PROJEKTLEDELSE OG IT-UDVIKLING



N.P. Rostrup & Strandvejens Bedemand



NP-Rostrup.dk
Kontakt os for professionel rådgivning





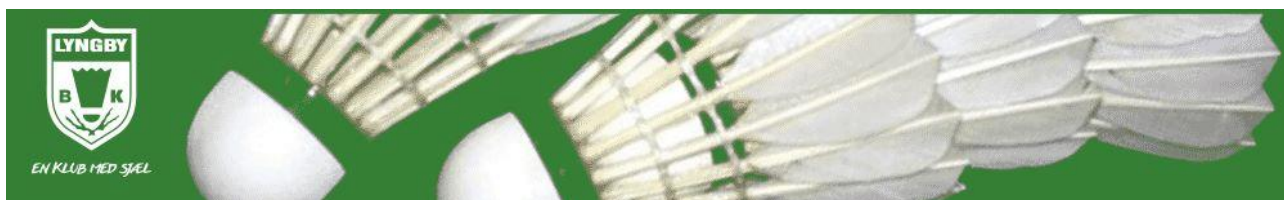
1. Veloverstået opstartslejr

Der blev øvet tekniske og taktiske detaljer, spillet kampe, lavet sociale aktiviteter og meget mere, da 55 ungdomsspillere kickstartede sæsonen 10.-12. august. Alt med udgangspunkt i vores tre kerneværdier: respekt - sammenhold - udvikling.

Fokus var primært, at spillerne på alle niveauer fra elite til begyndere følte sig velkommen, og at børnene blev målt på andre parametre end resultaterne alene. At de fik mulighed for at 'shine' – også uden for banen. Det lykkedes i høj grad, og der skal især være ros til de ældste ungdomsspillere, som var rigtig gode til at tage sig af de yngre, hvilket sikrede at alle havde en god oplevelse. Trænerteamet siger tak til alle for en god weekend, spillere såvel som forældre.

Sidst men ikke mindst skal der lyde et tusind tak til NETTO og Den Helt Rigtige Bager for at sponsorere frugt, brød mm. Vi sætter stor pris på støtten.





2. Seniortræningslejr og nye LBK-spillere

To uger efter ungdomsspillerne, var det så seniorernes tur til at bruge en weekend i 'laden', da 35 spillere blev rystet godt sammen via træning og fællesaktiviteter fra fredag til søndag. Det gav blandt andet god mulighed for nogle af de nye LBK-spillere at lære resten af truppen bedre at kende. Lyngbys seniorafdeling har til denne sæson fået suppleret truppen med Josephine Geisshirt-Rasmussen, Mathias Faaborg, Sarah Munch Holm, Philip Brandt og Rannva Djurhuus Carlsson. De to førstnævnte er stadig U17-spillere, og lige præcis i den årgang er følgende spillere nu blevet gamle nok til at spille seniorkampe. Derfor også velkommen i seniortruppen til: Vilma Svensson Pedersen, Simon Brændholt Olsen, Mathias Friis, Magnus Kongshammer, Lucas Dittmer, Bertram Engelhardt Søborg, Gustav Neergaard Jørgensen.

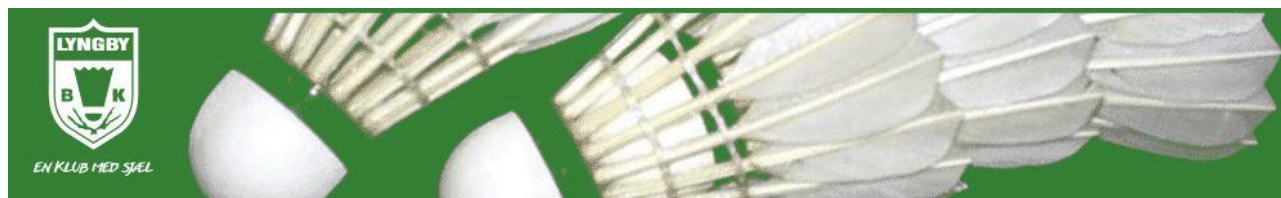
Sidst men ikke mindst er der glædeligt gensyn med Cille Wehlast Nielsen, der vender tilbage til LBK efter 4 år på Ikast Sports College.



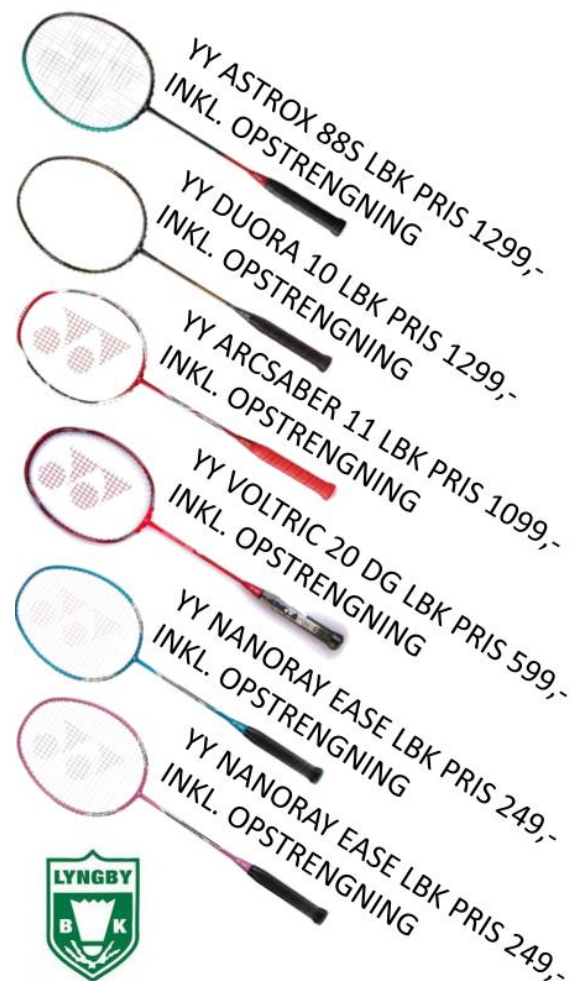
3. Dobbelt LBK-guld til Danish Junior Cup

Årets Danish Junior Cup endte meget succesfuldt set med Lyngby-briller. Det lykkedes nemlig Marcus Balslev Rindshøj at stryge til tops i både mixdouble og herredouble med henholdsvis Nete Swerts Knudsen, Skovshoved, og David Brandt, Lillerød. Dermed fik han den bedst mulige start på turneringsæsonen og sikrede to fornemme internationale titler til LBK. Ud over Marcus, deltog Magnus Kongshammer, Frederik Holmgaard og Rasmus Schou Martens. Førstnævnte især spillede også en flot turnering og var meget tæt på at nå semifinalen i single.





4. LBK-tilbud Transocean Sport A/S



TILBUDDENE GÆLDER TIL OG MED OKTOBER 2018



YY SHB COMFORT Z HERRE +
DAME LBK PRIS 999,-

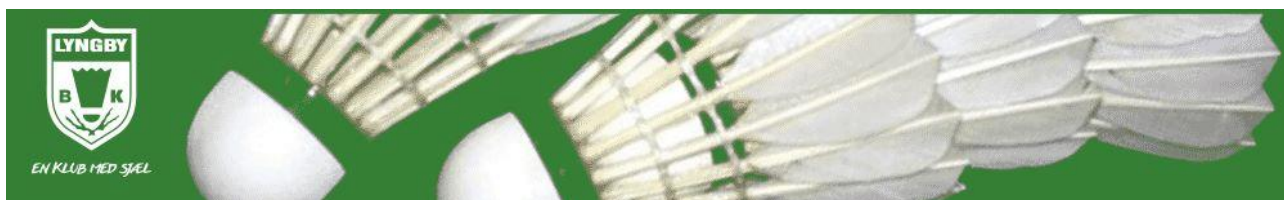


YY SHB 65 Z HERRE +
DAME LBK PRIS 999,-



YY SHB 35 JUNIOR
LBK PRIS 399,-

**—TRANSOCEAN—
SPORT A/s**



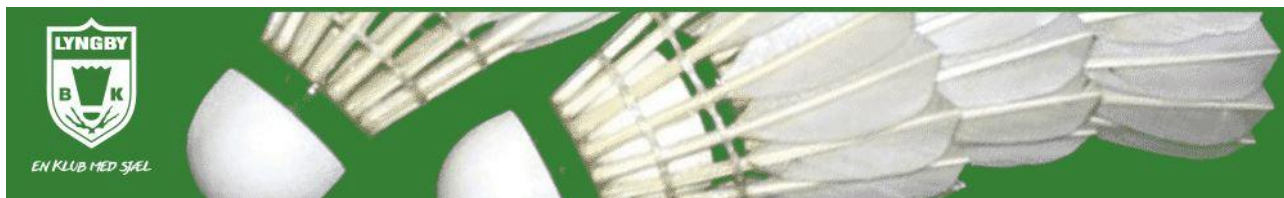
5. R2D2 er kommet til LBK

I april 2018 ansøgte LBK om støtte fra DIF/DGI puljen til indkøb af en boldkanon. I juni 2018 fik vi besked om, at vores ansøgning var blevet imødekommet med de ansøgte kr. 35.000,-. Efter en grundig evaluering af mulighederne på markedet, blev maskinen bestilt og leveret sidst i august. Boldkanonen blev hurtigt samlet og taget i brug, så det handler nu om at få lært at betjene den, så den kan anvendes mest muligt, og der hvor det giver mening. Planen er, at den skal være med til at optimere træningen for alle årgange.

Boldkanonen styres med en fjernbetjening, hvor man kan regulere boldens fart, frekvens og retning. Både den horisontale og vertikale indstilling kan styres med fjernbetjeningen. Man kan derfor sætte maskinen til at simulere en serv, et lob, flade bolde, krydsbolde, smash og drop. Maskinen har dog visse begrænsninger, idet den ikke umiddelbart er i stand til at lave et blødt drop til nettet. I stedet kan man lave et løft til bagbanen i for eksempel forhåndshjørnet, som man skal angribe på, og derefter en flad bold i baghånden, som man skal blokke.

Hvert år afsættes der cirka 45 millioner, som uddeles til idrætsforeninger i Danmark, og som har til formål at støtte hverdagens fællesskaber og skabe rum for udvikling. Der kan søges i puljen én gang årligt, så vi kan allerede nu begynde at overveje, hvad vi kan søge midler til i 2019.





6. Samarbejde med træningskonceptet 6-Directions

Vi har indgået et samarbejde med 6-Directions, som består af små sekskantede 'sliders', der gør det sjovere og ofte mere udfordrende at lave mange af de skadesforebyggende styrkeøvelser, som er så vigtige for at undgå især overbelastningsskader.

Se nedenstående link for at høre Aktivitets- og kommunikationschef, Casper Wiklund, fortælle mere om træningskonceptet og se nogen af vores unge talenter udføre en række øvelser:

<https://www.youtube.com/watch?v=J7RNgGbV9g>



7. Hvordan ser fremtidens LBK ud?

Ovenstående spørgsmål er selvfølgelig umuligt at svare på. Ikke desto mindre har klubben lagt en strategi for de kommende år, og den vil blive præsenteret mandag den 8. oktober kl. 18.45. Vi opfordrer til at alle medlemmer, ungdomsforældre, sponsorer og andre interessenter møder op og deltager i præsentationen samt i dialogen omkring hvordan vi når de ønskede målsætninger, organisatorisk and socialt såvel som sportsligt.

RESPEKT - SAMMENHOLD - UDVIKLING





EN KLUB MED SJÆL

8. Autoriseret body SDS-behandling v. Toke

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.



Som LBK medlem eller som en del af et medlems husholdning, er du med til at støtte klubben hver gang du får en behandling eller deltager i Body SDS træning! **For hver behandling eller hvert træningsklippekort du køber, giver jeg nemlig 100 kr. retur til LBK!**

Hvorfor? Fordi LBK har givet mig så utrolig mange venskaber og gode oplevelser gennem de sidste 30 år.

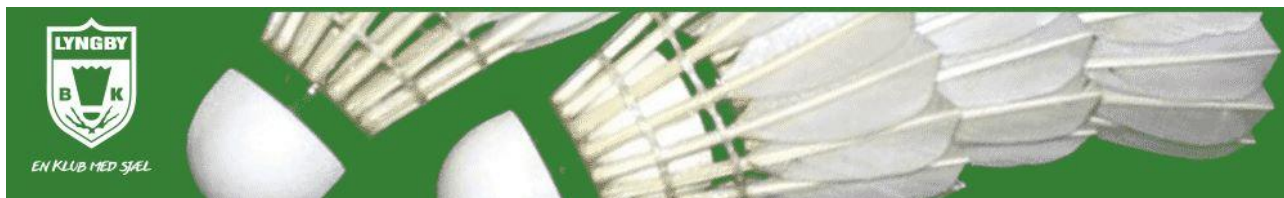
Body S|D|S® er en anerkendt behandlingsmetode, udviklet gennem tre generationer og videreført af Bengt Valentino Andersen, til behandling af kliniske sygdomme, sportsskader, forebyggelse af forskellige lidelser, vedligehold af en sund krop og optimering af fysiske og mentale præstationer



Ønsker du behandling, eller vil du træne det effektive Body SDS grundtræning, findes jeg på Bagsværdvej 72 B, 2800 Lyngby.

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





9. Udvalgte arrangementer/turneringer

Arved Cup	16. september
Præsentation af værdier og strategi	8. oktober
Åben turnering, U9-U11	10.-11. november
Julebanko	25. november
Kredsmesterskaber	1.-5. december
Julefrokost, senior	8. december

10. Kontaktoplysninger

Formand, Toke Hougaard	formand@lyngbybadminton.dk
Ungdom, Hans-Henrik Eigtved	ungdom@lyngbybadminton.dk
Senior, Sebastian Hejrskov	senior@lyngbybadminton.dk
Veteran, Karsen Meier	veteran@lyngbybadminton.dk
Aktivitets- og kommunikationschef, Casper Wiklund	aktivitet@lyngbybadminton.dk
Kontoret, Grethe Danielsen	kontor@lyngbybadminton.dk
LBKs Hjemmeside	www.lyngbybadminton.dk
LBK på Facebook	www.facebook.com/LyngbyBadminton
- Gruppe for LBK-forældre	https://www.facebook.com/groups/1716619845261527/
LBK på Instagram	#lyngbybadminton
LBK på YouTube	Søg på 'Lyngby Badminton Klub'