

Til: Varde Kommune (Elite idrætspuljen)
Att.: Bo Villumsen
Fra: Varde Badminton Klub
Emne: Orientering om effekten af Varde Kommunes eliteidrætspulje støtte
Dato: 30. september 2014

Først og fremmest vil jeg godt benytte chance til at takke Varde Kommune for den helt igennem fantastiske støtte I har ydet Varde Badminton Klub, dette vil helt sikkert komme til at betyde et ekstra løft i den igangværende sæson. (da vi er en vintersport er vi derfor også stadig i gang med at planlægge nogle af aktiviteterne, mens andre er sat i søen. Derfor kan det være svært at fremhæve konkrete resultater af tiltagene på et så tidligt tidspunkt)

Varde Badminton Klub har primo/medio august måned igangsat den nye spændende sæson, hvor vi har mulighed for at tilbyde elite spillerne noget ekstra, både i form af kvalitet men også rent mental og motivationsmæssigt, grundet støtten fra Varde Kommunes Eliteidrætspuljen.

Tiltag der er igangsat:

Ekstra træning

Ekstra ugentlig træning, som har gjort det muligt at have op til 5 træningspas pr. uge, hvoraf den ene er fysisktræning, hvilket der helt naturligt skal være med til at øge det fysiske niveau, men bestemt også være med til at modvirke skader. Dermed er vi rent træningsmæssigt oppe på det antal træning sessions der sidst på dagen må forventes for at kunne klare sig i den øvre del af dansk badminton (fredag, lørdag og søndag er der ofte stævner eller andre former for talent samlings). Rent praktisk betyder det at de bedste spiller i år kan spille på følgende tider:

Mandage (1 gang): 15:15 til 17:15 (Teknisk træning)
Tirsdage (2 gang): 15:15 til 16:45 / 16:45 til 18:15 eller 18:15 til 20:15 (alt efter niveau og alder – teknisk træning)
Onsdage (3 og 4 gang): 15:15 til 17:15 (Teknisk træning) og 17:00 til 18:00 (Fysisk træning)
Torsdage (5 gang): 15:00 til 16:30 eller 16:30 til 18:00 (alt efter alder og niveau – Teknisk træning)

Foredrag

Forældre til ambitiøse unge står ofte i den situation at de ikke ved om de skal agere forældre, coach eller være tilstede for at motiverer barnet, dette er særligt udpræget ved individuelle idrætsgrene da det ikke er muligt at have en træner med til alle stævner hver weekend, så på den måde er det ofte forældrene der drager afsted til stævnerne med deres børn. For at klæde forældrene bedre på til denne rolle og dermed give spillerne bedre forudsætninger, har vi valgt at arrangere et foredrag den 8. oktober 2014 med Klaus Bundgård der på egen krop har prøvet rollen og skrevet en fantastisk bog om emnet. Han vil blandt andet fortælle om følgende: (arrangementet er åben og bestemt en mulighed for andre idrætsgrene også)

- Dine vigtigste kasketter som forælder

- Sådan hjælper du dit barn med at tackle modgang og nederlag
- Glæde, udvikling og sejre. I den rækkefølge
- Kræver det virkelig 10.000 timer at blive god?
- Hvor meget tæller talent?
- Hvor meget skal du pace dit barn?
- Skal du coache dit eget barn på banen – og hvordan?
- Hvad skal dit barn spise og drikke før, under og efter et stævne?
- Og meget mere!

Se vedlagte indbydelse for mere information (Bilag 6)

Kommende aktiviteter:

Weekend træning

Vi er på nuværende tidspunkt så langt i planlægningen at vi med stor sandsynlighed lykkes at få Peter Gade, Mads Conrad og 3 andre top trænere til at besøge Varde for at træne vores bedste spiller, hvilket er noget af et scoop for os alle sammen, og vil med stor sandsynlighed give noget omtale i den skrevne presse. Med disse navne/træningssamlinger får vores spiller mulighed for at blive instrueret af trænere fra den øverste hylde, hvilket helt sikkert vil give spillerne et løft, på alle vigtige områder (Mentalt, Motivationsmæssigt, Fysisk og Teknisk), derudover har vi valgt at vores egne trænere skal deltage som hjælpe trænere til samlingerne, for at vi får dem løftet, og får erfaringen/viden draget med ind i den daglige træning. (vi har vedlagt bilag 4 udkast til invitationen). Grundet de fantastiske ressourcer vi har fået trukket til Varde, vil der foruden støtten, blive en deltager betaling for spiller fra de omkring liggende klubber, mens der for spillerne i Varde kun vil være tale om en halv brugerbetaling). Vi glæder os til at fortælle mere om dette fantastiske arrangement på et senere tidspunkt.

Foredrag

Emne

Motivation
3 x Mental træning
Kost vejledning

Afholdes

November/December
Januar – Marts
Januar/Februar

Ekstra tiltag vi har valgt at støtte for at promovere Varde og Varde Badminton Klub:

- Støttet 3 ungdomsspiller som er udtaget til landsholdstræninger i DBF 6.000 kr.
- Ydet støtte til Henrik Lykke og Jean Christensen's deltagelse til EM i Portugal for spiller +45 år (se vedlagte bilag 5, de fik en flot 3 plads i double) 6.000 kr.

Med venlig hilsen

Mikael Skov
Formand
Varde Badminton Klub

Bilag:

- Bilag 1: Kopi af nyhedsbrev udsendt til alle klubbens medlemmer
- Bilag 2: Kopi af inforskærmen i Jacobi Hallen
- Bilag 3: Eliten har stor fremgang i Varde (artikel fra Jyske Vestkysten 10/9-2014)
- Bilag 4: Indbydelse til weekend samlingerne
- Bilag 5: Henrik fra Varde og Jean vandt bronze ved EM i badminton (Jyske Vestkysten 28/10-2014)
- Bilag 6: Far, Mor & Badminton foredrag (Afholdes 8/10-2014)
- Bilag 7: Udklip af artikel Varde trænere udvalgt til akademi (Jyske Vestkysten 10/9-2014)