

RSL



BADMINTON
DANMARK

DGI

BEVÆG
DIG FOR
LIVET

Motion Fællesskab Hygge Kampe

60+ Badminton, Østjylland - et tilbud til alle

Læs mere om holdturnering, stævner, instruktioner og meget mere.

Er du klar til badminton sæsonen?

Brænder du for badminton eller er du ny indenfor idrætten?

Uanset niveau så er 60+ Badminton fra DGI Østjylland lige noget for dig.

60+ Badminton fokuserer ikke kun på spillet, men også på det sociale. Spillet organiseres flere steder i dagtimerne, og mange vælger at afslutte med fælles kaffe eller frokost og hyggesnak.

60+ Badminton er for alle, uanset erfaring og niveau. Vi garanterer hyggeligt spil og en god stemning med mulighed for at spille med vennerne og træffe nye bekendtskaber.

DGI Østjylland står klar til at hjælpe jer med at komme igang eller udvikle på idrætten og har flere tilbud til jer:

Mange over 60 år
ønsker at dyrke motion
sammen med andre.
Gælder det også for dig?

Opstart og organisering af 60+ gruppespil

Har I planer om at starte 60+ gruppespil op? Vil I gerne have flere deltagere med i jeres gruppe? Eller ønsker I inspiration til, hvordan gruppespillet kan gribes an, så kan I få hjælp. Få besøg af en erfaren badmintonkonsulent fra DGI, så er I igang. Tilbuddet er gratis og varer ca. 3 timer.

For mere information kontakt DGI's badmintonkoordinator Christina Schou Vigild på tlf. 21 28 83 32.

Instruktioner

Vores dygtige DGI-instruktører kommer ud til jer i foreningen og laver spændende badmintonaktiviteter. Tilbuddet er gratis én gang pr. sæson og varer 2 timer (normalprisen er 600 kr. Ved over 8 deltagere er prisen 1200 kr.) Ekstra instruktion kan tilkøbes til 300 kr./timen pr. instruktør.

For mere information kontakt Preben Thomsen på tlf. 30 70 11 66.



Sving ketjseren og lev længere

International forskning viser, at badminton giver markante sundhedsmæssige fordele og forlænger levetiden. Det giver også større livskvalitet. Det er simpelthen sjovt - så grib muligheden og hold dig i gang!



HOLDTURNERINGEN

60+ Holdturneringen er fællesskab, konkurrence og god motion.

Holdturnering

Holdturneringen tilrettelægges af DGI Østjylland og udbydes i samarbejde med de østjyske klubber. DGI Østjylland sørger for reservation af haller til kampene.

Turneringen afvikles over 4 runder afhængig af tilslutning. Hvert hold spiller 2 holdkampe pr. runde, og vinderne kåres efter sidste runde i foråret.

A- og B-række

I sæson 2020/2021 spilles der i A- og B-række.

Vinderen af B-rækken rykker en række op. Taberen af A-rækken rykker en række ned. Vi forbeholder os ret til at flytte eventuelt fejlmeldte hold.

Holdstørrelser

2 herrer + 2 damer (2 mix'er - 1 HD og 1 DD). Holdet må bestå af 3 herrer og 3 damer pr. spillerunde.

4 herrer (double med skiftende makker). Holdet må bestå af 5 spillere pr. spillerunde.

Et hold må bestå af spillere fra flere klubber.

Priser

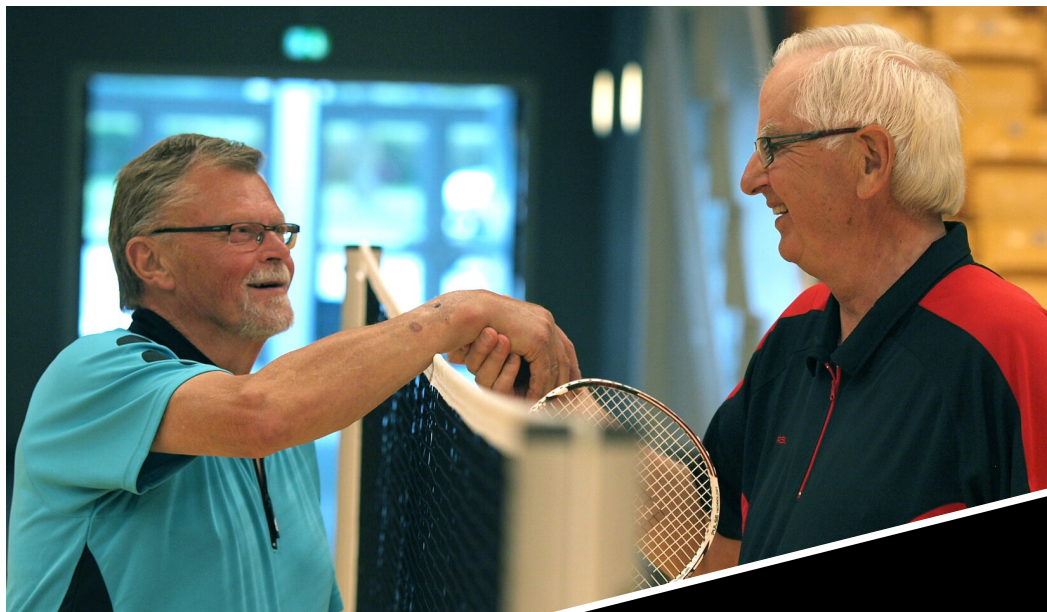
Tilmeldingsgebyret er 1500 kr. pr. hold for 4 holdturneringsrunder inklusiv kaffe og rundstykker hver gang. Derudover dækker gebyret præmier og halleje.

Der vil være mulighed for at tilkøbe frokost efter hver runde, så dagen slutes af med hygge og samvær.

Hvert hold medbringer bolde af god kvalitet til egne kampe.

SPILLEDATOER:

A-række	Spillested	B-række	Spillested	
21.10.20	Randers	28.10.20	Tilst	
11.11.20	Højbjerg	18.11.20	Viby	
13.01.21	Viby	20.01.21	Højbjerg	
17.03.21	Hørning	17.03.21	Hørning	



**"Tak for kampen -
vi ses til frokost"**

Holdturneringen er både gode og jævnbyrdige doublekampe og masser af fællesskab og hygge med andre hold. Kampene spilles i dagtimerne.

Tilmelding

Tilmelding skal ske til Orla Sundgaard på mail sundgaard@fibermail.dk.

Tilmeldingsfrist

Fredag d. 2. oktober 2020.

Flere muligheder

Har du lyst til flere kampe?

Sæt allerede nu X i kalenderen onsdag d. 21. april 2021.

Vi arbejder nemlig på at afvikle en individuel turnering for alle interesserede!

Turneringen vil blive afviklet i dagtimerne et sted i Østjylland.

Nærmere info vil følge i løbet af efteråret 2020.

Flere turneringer:

På DGI's hjemmeside kan du finde mange flere 60+ turneringer, som du og dine holdkammerater kan deltage i. Find dem ved at søge dgi.dk/60plus.

Corona - en fast medspiller:

Vi overholder naturligvis alle retningslinjer i forhold til Corona-situationen, så alle kan føle sig trygge i vores aktiviteter.

Det er altid en god ide at medbringe sin egen håndsprit for en sikkerheds skyld. Føler du dig syg, så bliv hjemme.

Har du lyst til at opstarte nyt 60+ hold?

Bestil et gratis startsæt til din klub.

Vi har samlet dette startsæt, som vil hjælpe din klub godt i gang. Udover ketchere og bolde, er der også lidt til hyggen bagefter med småkager og kaffe.

Du får også en folder med råd og vejledning, så I sikrer jer, at I kommer godt i gang med 60+ Badminton. Vores lokale konsulent står altid klar med gratis hjælp og kommer også gerne forbi jeres klub.

Bestil sættet hos Badmintonkonsulent - Lars Folmer Jensen

Mail: Lars.Folmer.Jensen@dgi.dk
Tlf: 79 40 40 64



Kontakt os for en snak

DGI Østjylland Badminton 60+ udvalg:

Preben Thomsen (formand)
Tlf. 30 70 11 66
preben.service@gmail.com

Orla Sundgaard (turneringsansvarlig)
Tlf. 20 26 11 33
sundgaard@fibermail.dk

Jørn Gilsaa
Tlf. 20 65 47 71
jgilsaa@stofanet.dk

Hans Bjerre
Tlf. 51 59 98 04
hb@rygaard.com

Poul Mølgaard
Tlf. 28 49 71 86
poul.moelgaard@gmail.com

DGI Østjyllands kontor:

Christina Schou Vigild
(badmintonkoordinator)
Tlf. 21 28 83 32
christina.schou.vigild@dgi.dk

Jesper Fauerskov
(badmintonkonsulent)
Tlf. 51 32 70 67
jesper.fauerskov@dgi.dk



Sammen om et aktivt Danmark
bevægdigforlivet.dk

TrygFonden

NORDEA
FONDEN

DGI

