



## Välkommen till vårterminen 2020 i Täby RacketCenter

Täby RacketCenter är sedan augusti 2010 en multisportsanläggning i Täby. Här finns bland annat badminton, squash, bordtennis, pickleball, styrketräning, innebandy, seniorverksamhet, judo, futsal. Stor skolverksamhet och mattcurling. Hallen ligger på Flyghamnsvägen 16 i Viggbyholm, Täby.

### Täby BMF Badmintonsskola

Täby Badminton är en av Sveriges största badmintonföreningar med över 250 barn/ungdomar i badmintonsskolan och ca 150 tävlingsspelare. Klubben har genom tiderna tagit fram flera av landets absolut bästa spelare. Alla klubbens ledare är engagerade och utbildade tränare med egen erfarenhet som spelare. Flera av våra tränare för tävlingsgrupperna har egna landslagsmeriter bakom sig

Träningsgrupperna i badmintonsskolan är åldersbaserade och alla är välkomna att vara med, både nybörjare och de som har spelat tidigare. Du väljer om du vill träna en eller två gånger i veckan, priset är detsamma. Racket och boll finns att låna i hallen. De som är intresserade börjar sen i våra tävlingsgrupper.

### **Best on Court grupper: (lör 09-11 och sön 10-11)**

I dessa grupper vill vi gärna att ni föräldrar är med och hjälper till under träningspassen för att effektivisera inläringen. Ni får då också samtidigt själva lära er tekniska grunder i badminton. Förutom de tekniska grunderna

i badminton övar vi även grundmotorik och för badminton den så viktiga kaströrelsen

Lördag och söndagsgrupperna 10.00-11.00 är för födda 09-13.

### **Ny grupp för 5-6 åringar**

Inför VT 2020 startar vi en ny grupp för födda 2013-2014 en gång/vecka kl. 09-10 på lördagar med ett introduktionserbjudande på träningsavgiften: 1 200 kr + medlemsavgiften

### **Senior Plus**

Vuxenträning med topptränare! Det blir en timmes hårt träningspass blandat med teknik för att öka spelarens kunskaper. Efter träningspasset så spelar deltagarna med varandra i en timme med egna bollar.

### **Nybörjarträning för vuxna**

Tisdagar 18.00-19.00. betala/gång 100 kr, kontakta [peter@tabybadminton.se](mailto:peter@tabybadminton.se)

### **Motionsserie**

Det finns även en motionsserie där man spelar badminton singel eller squash 1 gång/vecka. Kontakta [kansli@tabybadminton.se](mailto:kansli@tabybadminton.se)

### **Squashträning**

P g a svalt intresse har vi bestämt att ta en paus i vår squashskola.

Är ni intresserade av squashträning; Kontakta vår squashtränare

[Jacob.lilius@gmail.com](mailto:Jacob.lilius@gmail.com)

### **Pickleball**

Träning 2 timmar på söndagar.

Tränare oftast på plats, annars eget spel med en ansvarig person på plats som hjälper till.

### **Träningsavgifter VT 2020**

#### **Badmintonsskolan**

Valfritt 1 eller 2 gång/vecka 2 000:-

Best on Court lör 09-10 1 200:-

#### **Vuxenträning**

##### **Senior plus**

1 gång/vecka 2 500:-

2 gånger/vecka 3 800:-

##### **Nybörjarträning**

100 kr/tillfälle

#### **Pickleball**

1 400:-

**Medlemsavgift** säsongen 19/20: 250: -

## Anmälan

Du är välkommen att vara med och provspela EN gång i valfri grupp innan du bestämmer dig. Dock måste du anmäla dig online innan första tillfället och så krediterar vi fakturan om ni väljer att inte fortsätta.

Gör din anmälan på [www.tabybadminton.se](http://www.tabybadminton.se) under den blåa fliken "Badmintonskolan VT 2020 online." Du är välkommen att börja spela direkt när du har anmält dig. När vi har registrerat anmälan skickar vi en faktura.

## Familjeföreningen för badminton

Som medlem i träningsgrupp i föreningen får du spela gratis vid drop-in när det finns lediga banor i hallen.

Om hela familjen är intresserad av att spela badminton kan familjeföreningen vara ett bra alternativ. Det kostar 750 kr per säsong minus barnens medlemsavgifter (250 kr per barn). För den summan får hela familjen spela gratis på följande tider:

Lördag 9–10 och 17–18 samt Söndag 9–10.

Det enda kravet är att minst ett barn i familjen tränar i Badminton eller Squash.

Fråga efter mer information i shopen. Bana bokas via [www.mycourt.se](http://www.mycourt.se)

## Terminstart V. 2(7 Januari)

All info hittar du på vår hemsida [www.tabybadminton.se](http://www.tabybadminton.se)

Om du har några frågor är du alltid välkommen att kontakta oss:

Täby RacketCenter Tel: 08-756 50 94

Flyghamnsvägen 16 183 64

Täby Mail: [peter@tabybadminton.se](mailto:peter@tabybadminton.se)

Onsdag	Grupp 6	15.00-16.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 09–12</i>
	Grupp 7	16.00-17.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 04–09</i>
Torsdag	Grupp 8	16.00-17.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 06–10</i>
	Grupp 9	17.00-18.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 04–09</i>
Fredag	Grupp 10	16.00-17.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 06–10</i>
	Grupp 11	17.00-18.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 04–07</i>
	Grupp 12	18.00-19.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 01–05</i>
Lördag	<b>Grupp 21 (Ny)</b>	<b>09.00-10.00</b>	<b>Badminton (Best on Court)</b> <i>Födda 13-14</i>
	Grupp 13	10.00-11.00	<b>Badminton (Best on Court)</b> <i>Födda 09–13</i>
	Grupp 14	11.00-12.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 06–10</i>
	Grupp 15	12.00-13.00	<b>Badminton</b> <i>Parabedminton-alla aldrar</i>
	Grupp 16	13.00-14.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 01–06</i>
Söndag	Grupp 17	10.00-11.00	<b>Badminton (Best on Court)</b> <i>Födda 09–13</i>
	Grupp 18	11.00-12.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 06–10</i>
	Grupp 19	12.00-13.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 03–07</i>
	Grupp 20	13.00-14.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 01–06 fortsättningsgrupp</i>

## Träningsgrupper vårterminen BADMINTONSKOLAN

Måndag	Grupp 1	15.00-16.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 09–12</i>
	Grupp 2	16.00-17.00	<b>Badminton</b> <i>Tjejgrupp födda 06–09</i>
Tisdag	Grupp 3	15.00-16.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 09–12</i>
	Grupp 4	16.00-17.00	<b>Badminton</b> <i>Födda 04–09</i>
	Grupp 5	17.00-18.00	<b>Badminton</b> <i>Tjejgrupp födda 04–09</i>

## VUXENTRÄNING

Måndag	Grupp 22	20.00-22.00	<b>Seniorplus</b> <i>1h med tränare, 1h eget spel</i>
Torsdag	Grupp 23	20.00-22.00	<b>Seniorplus</b> <i>1h med tränare, 1 h eget spel</i>
Tisdag	Grupp 24	18.00-19.00	<b>Nybörjarträning</b>

## PICKLEBALL

Söndagar	Grupp 25	18.00-20.00	<b>Öppen för alla</b>
----------	----------	-------------	-----------------------

