

Periode 5; mandag den 16. december 2024 – fredag den 24. januar 2025.

Kære Amy, Christian, Debora, Karina, Mihajlo, Niclas, Sammy, Shawn, Sigurd og Stine

I temaet ”**Slagbold**” vil du blive introduceret til forskellig ketchersport; badminton, padeltennis, skumtennis, bordtennis og pickleball.

Vi skal arbejde med teknisk og taktisk træning, ligesom vi vil have fokus på bevægelighed og placering på banen. Vi skal arbejde individuelt, med særligt fokus på DIG, og vi kommer også til at spille med makkere og arbejde sammen 2 og 2 og 4 og 4.
















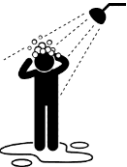
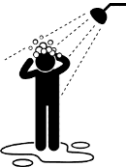
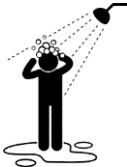
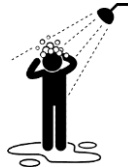
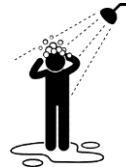




Vi fordyber os i mange forskellige øvelser, og vi spiller masser af kampe. Hver dag arbejder vi også med opvarmning og styrketræning.

I ”Slagbold” får du trænet din øje-hånd koordination, timing og koncentration. Og så er ”Slagbold” garanti for sved på panden!

Mange hilsner Mads, Rasmus og Daniele



OBS! Husk at vi holder juleferie fra og med mandag 23. december til og med fredag den 3. januar 2025.

<p>UGE 51-4</p> <p>9.00-9.25</p>	<p>Omlædning</p> 	<p>Omlædning</p> 	<p>Omlædning</p> 	<p>Omlædning</p> 	<p>Omlædning</p> 
<p>9.25-9.50</p>	<p>Morgensamling</p> 	<p>Morgensamling</p> 	<p>Morgensamling</p> 	<p>Morgensamling</p> 	<p>Morgensamling</p> 
<p>9.50-13.00</p>	<p>SLAGBOLD</p> 	<p>SLAGBOLD</p> 	<p>GRUNDTRÆNING</p> 	<p>SLAGBOLD</p> 	<p>SLAGBOLD</p> 
<p>13.00-13.30</p>	<p>Bad</p> 	<p>Bad</p> 	<p>Bad</p> 	<p>Bad</p> 	<p>Bad</p> 
<p>13.30 – 14.00</p>	<p>Frokost</p> 	<p>Frokost</p> 	<p>Frokost</p> 	<p>Frokost</p> 	<p>Frokost</p> 