



Idestrup Badminton Klub

Velkommen til IBK

Vi byder velkommen Idestrup Badminton Klub IBK, og vil med denne folder give dig viden om hvor du kan finde praktiske informationer og aktiviteter i løbet af sæsonen.

Hvem er vi

Idestrup Badminton Klub – en ung klub med over 70 år på bagen.

Vi samarbejder med DGI og Idestrup Privat Skole og har herudover et samarbejde med flere klubber på Falster omkring ungdommen.

Du er altid velkommen til at besøge vores hjemmeside på <http://www.ibk-idestrup.dk/>

Eller på Facebook-gruppen <https://www.facebook.com/groups/1002340673200094/>

Denne sæson

Denne sæson starter mandag d. 7. september 2020 og slutter onsdag d. 31. marts 2021.

Dog spilles der ikke i uge 42 (efterårsferie), ugen mellem jul og nytår samt uge 7 (vinterferie).

Det er muligt at spille badminton mandage i tidsrummet 17.00 – 21.00 og onsdage mellem 18.00 – 21.00.

Der vil være ungdomstræning onsdage i tidsrummet 16.00 – 17.00.

Kontingent Senior double: kr. 575 pr spiller – se mere på hjemmesiden.

Kontingent ungdom: kr. 300.

Sådan informerer vi

På IBK's hjemmeside finder du alle informationer om klubben og arrangementer. Herudover vil der blive opsat opslag i hallen omkring arrangementer og disse vil også blive lagt på vores Facebook-gruppe. Link til disse findes nederst på siden.

Covid-19

Vi læner os op af DGI's anbefalinger, som pr 6. august 2020 ser ud som følger.

DGI skriver på deres hjemmeside (<https://www.dgi.dk/badminton/badminton/artikler/anbefalinger-til-genaabning-af-badminton-i-hallen>):

Badminton er en sport, hvor deltagere holdes rimeligt indbyrdes effektivt adskilt som større gruppe, da vi maksimalt spiller to på hver banehalvdel.

Der anbefales dog at holde mindst to meters afstand ved fysisk aktivitet og fysisk anstrengelse generelt. Det gælder sport, som er en aktivitet med kraftig udånding.

Da det ikke er muligt at holde to meters afstand på selve badmintonbanen, har vi i stedet strammet flere andre retningslinjer i anbefalingerne.

Vi anbefaler herudover, at,

- Man spritter (meget) ofte hænderne af også i pauser/ophold i kamp/træning.
- Man holder sig til én og samme bold pr. kamp/træningspartner.
- Man genbruger ikke samme bold i næste kamp/træning med nye modstandere.
- Man smider den bold man har brugt i 'skraldespande med poser'.
- Man spiller i double med samme faste makker mest muligt.
- Man bruger sin ketsjer til at aflevere bolden uden berøring mellem dueller.

Motion / Senior badminton

Den årlige traditionsrige Juleturnering med efterfølgende spisning bliver afholdt i december og der er Klubmesterskaber for ungdom og senior afholdes i marts/ april 2021. Alle disse arrangementer er gode til at styrke det sociale fællesskab.

Du kan altid følge med på hjemmesidens kalender eller holde et vågent øje med Facebook gruppen.

Vil du være med til præge udviklingen i IBK er du velkommen til at deltage i generalforsamlingen, der er planlagt til 9. marts 2021.

Der afholdes også en markering på afslutning af sæsonen, typisk mødes vi og spiser smørrebrød i cafeteriet.

Ungdomsbadminton

Der vil være fælles ungdomstræning onsdage i tidsrummet 16.00 – 17.00 ved klubbens træner.

Turneringsspil aftales løbende og prioriteres i det omfang det kan lade sig gøre.



To simple badminton regler

- Vi spiller ikke badminton på strømpesokker – altså enten bare tæer eller sko
- Badmintonskoen skal have en lys sål

Køb af bolde

Det vil være muligt at købe bolde i hallen – kontakt venligst en fra bestyrelsen.

IBK indkøber RSL-bolde i en god kvalitet der på nettet sælges for kr. 225 for et rør. Klubbens pris for de samme bolde er kr. 140, som betales kontant eller via MobilePay.

Stævner

Ønsker du at deltage i stævner skal du selv stå for tilmeldingen. Der kan søges om tilskud til turneringsgebyret.

Kontakt

Du er altid velkommen til at kontakte klubbens bestyrelse, se eventuelt <http://www.ibk-idestrup.dk/foreningen/bestyrelsen.html>

Nyttige links

IBK's hjemmeside:

<http://www.ibk-idestrup.dk/>

Indmeldelse og kontingent via IBK's hjemmeside:

<http://www.ibk-idestrup.dk/tilmelding.html>

IBK's Facebook-gruppe:

<https://www.facebook.com/groups/1002340673200094/>

Tilmelding til turneringer foregår typisk via:

<https://badmintonpeople.dk>

DGI's hjemmeside med masser af god information om badminton:

<https://www.dgi.dk/badminton/badminton>

Covid-19 anbefalinger:

<https://www.dgi.dk/badminton/badminton/artikler/anbefalinger-til-genaabning-af-badminton-i-hallen>

Badmintonteknik til alle de kendte spillere:

<https://www.youtube.com/user/Badmintondk/playlists>