
NYHEDSBREV - OKTOBER

DGI Trænerguiden

DGI har udarbejdet en trænerguide som jeg gerne vil slå et slag for.

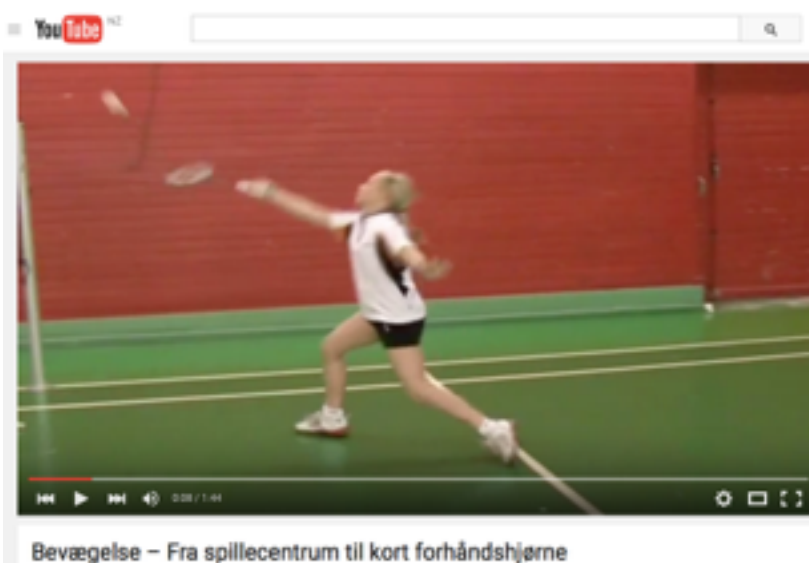
På deres kanal på youtube har DGI uploadet 161 videoer specifikt til badmintontræning.

Videoerne viser, forklarer og beskriver øvelsen og fokuspunkter der er vigtige for øvelsen.

Øvelserne dækker alt fra begynderbadminton til elitespillere.



Som et eksempel viser nedenstående video bearbejdet fra spillecentrum og til det korte forhåndshjørne. Videoen viser bearbejdet fra 5 forskellige vinkler og variere mellem normal hastighed og slowmotion. I den forklarende tekst under videoen på youtube er øvelsen samt fokuspunkter beskrevet med tekst.



Som skrevet ovenfor er det lagt 161 videoer op på deres youtube kanal. Øvelserne og indholdet er godt filmet og forklaret så det er bare med at komme igang. Jeg håber at både spillere, forældre og trænere vil bruge nogle timer på youtube og se film og læse forklarende tekster. Som en lille bonus information er flere af de yngre spillere på videoerne danske mestre og europamestre mens Peter Gade også er med på en del af videoerne. Øvelserne er altså vist af meget dygtige spillere så kopier og efterlign så meget som muligt.

Link til youtube til [DGI Trænerguiden Badminton](#)

Link til videoen om [Bevægelse - Fra spillecentrum til kort forhåndshjørne](#)

Link til video med Peter Gade med [Hopsmash - Kryds](#)

Jeg håber i får trænet for fuld skrald deroppe og i hygger jer med det

Har i spørgsmål, kommentarer eller andet må i endelig kontakte mig

Venlig hilsen
Rune Svenningsen
Landstræner
Badminton Kalaallit Nunaat
+ 45 23 34 00 93
svenningsen.rune@gmail.com



www.badminton.gl