

**I dette nummer:  
Indkaldelse til generalforsamling  
Noget om nøgler  
Slagtræning m.m.**



EGERBYG A/S har sponseret spillerbluser til ungdommen. Her har vi samlet en repræsentativ flok til fotografering på en træningsdag.

*Et dejligt gruppebillede  
fra MINITON-holdet*



*læs mere om Minton  
på side 13*



## Hvidovre Badminton - HB 2000

### Klubben

#### Kontoret:

Præstemoseshallen  
Præstemosen 209  
2650 Hvidovre

Tlf. **36 78 80 19**

E-post: **HB2000@HB2000.dk**

**Kontortid:** tirsdag 18.30—19.30  
På kontoret: Anette Ridal

Der er kun fast telefonbetjening i  
kontortiden.

**Alle henvendelser om ind- og  
udmeldelser, banetildeling,  
adresseændring m.m. bedes  
rettet til kontoret eller på e-mail.  
Udmeldelse skal ske skriftligt !**



Klubbens øvrige kontaktpersoner:  
se næste side

### HB 2000 Posten

#### Redaktion:

Poul Petersen (ansv.)  
Strøbyholm 34  
2650 Hvidovre

Tlf.: 36 78 74 58

E-post: [posp@email.dk](mailto:posp@email.dk)

Stof til bladet bedes leveret i elek-  
tronisk form.  
Formatet helst som "Word" A-5  
uden specielle formateringer..

**Billedfiler bedes sendt separat  
og ikke indsat i dokumenter.**

Deadline for næste nummer:  
15. maj 2015

Tryk:

**RÅDHUS TRYKKERIET**  
Hvidovre

## Klubbens kontaktpersoner:

### Bestyrelsen:

**Formand:**

John Berling 36 49 19 81

**Næstformand:**

Ole Høj Perregaard 42 82 21 90

**Sekretær:**

Ulla Grøn 43 62 50 26

**Kasserer:**

Jeanette Ingerslev 36 47 33 24

**Bestyrelsesmedlem:**

Anette Ridal 24 63 25 87  
ridal@webspeed.dk

**Bestyrelsesmedlem:**

Helene Jensen 51 91 95 09  
htorsvadjenen@hotmail.com

**Bestyrelsesmedlem:**

Leif Magnussen 36 49 06 89  
Lema@post1.dknet.dk

**Bestyrelsesmedlem:**

Casper Andersen 40 93 50 08  
ssu@hb2000.dk

### Udvalg m.m.:

**Ungdom:**

Helene Jensen 51 91 95 09  
htorsvadjenen@hotmail.com

**Seniorer:**

Casper Andersen 40 93 50 08  
ssu@hb2000.dk

**Motionister:**

Anette Ridal 24 63 25 87  
ridal@webspeed.dk  
Rikke Møller Pedersen 22 47 09 30

**Veteraner:**

Leif Magnussen 36 49 06 89  
Lema@post1.dknet.dk  
Peter Pedersen 36 49 16 96

**Booking:**

Ove Rasmussen 36 49 75 45

**Banefordeling:**

Kontoret og udvalgsformændene

### Klubbens hjemmeside:

**www.HB2000.dk**

**Web-master:**

John Berling 36491981



## FORMANDEN HAR ORDET

### OPFØLGNING OG NYT

I uge 9 udsendte jeg en mail til alle klubbens medlemmer, idet der skulle foretages optælling af spillere og anvendte baner hele ugen igennem. Dette sker som led i, at der skal udarbejdes en Helhedsplan for Idrætsområdet i Hvidovre. Kultur- og Arbejdsmarkedsforvaltningen i Hvidovre Kommune ønsker at lave en gennemgribende analyse af idrætsområdet for at kunne udarbejde en langsigtet helhedsplan for idrætsområdet. Analysen skal besvare spørgsmål om idrætsfaciliteternes standard og udnyttelse samt om borgernes brug og ønsker til idrætsfaciliteter. I den forbindelse er DGI Faciliteter & Lokaludvikling blevet bedt om at komme med et bud på, hvordan opgaven kan gribes an samt til hvilken pris. Resultatet af denne rapport forsøges færdiggjort til august i indeværende år som opfølgning til den nye Idrætspolitik. Personligt mener jeg, at en sådan optælling er unødvendig, idet de kan få belægningsstallene af HB2000 og at det mere er udtryk for mistillid end samarbejde.

Jeg vil løbende følge dette arbejde gennem Idrætsrådet.

Vi står samtidig med en række uafklarede forhold omkring den nye skoleform, der i Hvidovre træder helt i kraft fra august 2015. Præstemosehallen er ikke en skolehal, men benyttes af skolerne, der endnu ikke har fundet deres egne ben at stå på og som endnu ikke har lagt op til et samarbejde med bl.a. HB2000, hvilket loven ellers foreskriver (samarbejde med de frivillige foreninger). I værste fald kan vi lige nu få ødelagt en mangeårig opbygget bønnetræning samt vores 60+ træning om fredagen (fra næste sæson).

### SPONSERING

I forbindelse med boldkontrakter med de to nuværende boldmærker, har vi anvendt sponsorpenge fra de to kontrakter til at købe spilletøj til Børne- og ungdomsafdelingen samt til Seniorafdelingen, således at HB2000 kan optræ-

de lidt mere homogent til turneringskampene. HB2000 har selvfølgelig også måtte give tilskud hertil. Vi vil efterfølgende se om, vi kan få udstyret alle klubbens frivillige med spilletrøjer med navn og funktion, så det er lettere at se hvem, man evt. skal henvende sig til.

## LIDT MERE GENERELT

Der har på det sidste været en række tilfælde, hvor hallen er blevet efterladt ulåst. Det har været en ulåst dør ud mod Præstemosen, selvom døren ikke må benyttes, en ulåst terrassedør eller døren fra parkeringspladsen, der ikke har været lukket, eller der har været sat noget i klemme.

Der kommer hele tiden nye medlemmer, derfor vil jeg endnu engang benytte lejligheden til at sige, at det er den sidste, der forlader hallen, der er ansvarlig for, at alle døre og vinduer er lukket og at alarmen er slået til. Vi har selv ansvaret for hallen og den skal vi passe godt på. De første, der møder i hallen, skal være opmærksomme på om alarmen er slået fra (hængelås åben på skab). Alarmen vil normal blive slået fra om morgenen af rengøringen, men i efterårs- og vinterferien skal vi selv slå alarmen fra. Der kan være andre perioder pga. sygdom m.m.

HUSK, at dørene til hallen skal være aflåste, der må ikke sættes noget i klemme i dørene og lad nu være med at slå dørklokken fra i hallen. Nøjes med at skrue ned for klokken, så den stadig kan høres. Selvom alle anskaffer sig et kort, så kan det jo være dig, der af en eller anden grund ikke kan komme ind næste gang.

Vort kortsystem er nu fyldt 13 år og den software, der styrer systemet er blevet gammelt og ligger på et forældet operativsystem. Det er lidt mere problematisk at opdatere og fejlfinde, så I må bære lidt over med os, når kortene svigter. Jeg vil forsøge, om vi kan finde en anden løsning.

## BADMINTONFITNESS

Vi vil nok endnu engang forsøge med at afvikle en seance med Badminton Fitness. Badminton Fitness er bygget op som et cirkelprogram med funktionelle bevægelser, som involverer alle kroppens muskler. Træningen udføres med høj intensitet og er en kombination af kredsløbs- og styrketræning. Der lægges derfor vægt på stor variation i de forskellige øvelser.

En typisk Badminton Fitnessstræning har en varighed af 15-30 min og består af 6-10 øvelser. Øvelser og pauser varierer i forhold til alder og træningsniveau.

Så kom nu op på mærkerne og vær med næste gang og vis, at du er til noget. Det vil hjælpe dig med at undgå mange skader, hvis du selv fortsætter med disse øvelser. HUSK at ingen er for ung eller for gammel til Badminton Fitness.

## KLUBMESTERSKABER – AFSLUTNINGSFEST - GENERALFORSAMLING

Datoerne for henholdsvis klubmesterskaber, afslutningsfest og generalforsamling fremgår nederst på siden samt af kalenderen på vores hjemmeside.

HUSK nu at tilmelder jer til klubmesterskaberne og afslutningsfesten samt at komme til generalforsamlingen.

*John Berling*



## KLUBKALENDER

Søndag den 22. marts 2015: Slagtræning 13.30-16.00 (se omtale)

18. - 19. april 2015: Ungdommens klubmesterskaber

4. til 8. maj 2015 (uge 19): Klubmesterskaber for seniorer, motionister og veteraner.

På de nævnte dage er der lukket for timespil fra kl. 18. Bane 1 er lukket hele dagen.

Lørdag den 9. maj 2015: Den årlige klubfest for alle voksne medlemmer.

Afholdes i Lille Frihedens selskabslokaler.

Tirsdag den 19. maj 2015: Generalforsamling i HB 2000

Afholdes i Cafeen, Præstemosehallen. Se indkaldelsen

## INDKALDELSE TIL GENERALFORSAMLING

I henhold til klubbens vedtægter, indkaldes herved til -

### ORDINÆR GENERALFORSAMLING

tirsdag den 19.maj kl. 19.00 i "Caféen", Præstemosehallen.

Dagsorden iflg. vedtægterne.

Forslag som ønskes behandlet på generalforsamlingen, skal være formanden i hænde senest 14 dage før generalforsamlingens afholdelse.

Detaljeret dagsorden vil blive fremlagt i hallen.

P.b.v.

John Berling (formand)

**HUSK.....**



## NOGET OM NØGLER

Når overskriften her er så kraftig, er det fordi det er vigtigt at alle læser dette:

Vi er i øjeblikket ved at kontrollere vort system for udleverede nøgler til klubben

Vi har for nylig sendt en mail til de medlemmer som vi har registreret som i besiddelse af nøgler . Hvis **DU** har fået en mail, så tak for svaret, eller skynd dig at svare, hvis det ikke er gjort.

Men hvis du har en eller flere nøgler, men ikke har fået nogen mail, så vær venlig snarest at give besked til vores nøgleadministrator, om hvilke nøgler du har. Det kan være til kontor, køkken, ølhaner, køleskab, boldskab m.m.

Besked kan mailes til: **posp@email.dk**



Hvis du har nøgler, som du ikke længere har brug for, så vær venlig at aflevere dem i kuvert med navn og indhold til kontoret eller i baren.

**Og husk:** Nøgler må kun videregives til et andet medlem efter forudgående aftale med nøgleadministratoren.

På forhånd tak for hjælpen

## Slagtræning

Søndag den 22. marts mellem klokken 13.30 og 16.00, vil vi tilbyde klubbens medlemmer (ikke holdspillere fra ungdom, senior, veteran og motionist afdelinger) gratis slagtræning. Det vil sige har du en banetid, og går rundt og gerne vil lære lidt mere om de forskellige slag som: clear, drop, smash, baghånd, eller om tællesystemet, taktik i double og servemetoder, så sæt kryds i kalenderen. Træningen vil blive ledet af Ole Perregaard.

Der vil være en pause hvor der bliver serveret frugt og chokolade. Drikkevarer vil være for egen regning, men kan købes i cafeen.

Så er du frisk på at dygtiggøre dig, skal du tilmelde dig på hjemmesiden via din profil under event. Da der er begrænset pladser, vil det være først til mølle, med mulighed for at komme på venteliste.

På snarlig gensyn



så er vi nået til.....

## Konkurrencen

Løsningen på sidste opgave var 28. Det er nummer to perfekte tal i talrækken. Der var dejligt mange rigtige løsninger (gad vide om Google var involveret).

Vinderen blev: **Jakob Madsen**, som hører nærmere snarest.

Opgaven denne gang lyder sådan:

Fisker-Carl er glad for sin gamle jolle. Nu er det tiden hvor den skal i vandet efter vinteren. Den er tung, men Carl har gode hjælpere og nogle solide træroller til at skubbe den på. Og nu kommer spørgsmålet: Rullerne måler 60 cm. i omkreds. Hvor langt har jollen flyttet sig, når en rulle har drejet 3 omgange ?



Når du har fundet svaret, så send løsningen til redaktøren, aflever den i cafeen, på kontoret eller put den i klubbens postkasse inden 1. maj. Vi trækker som sædvanligt lod om noget lækkert mellem de rigtige svar.

Svaret er: \_\_\_\_\_

Navn: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

# HUSK....

-at melde dig til årets klubfest !

Klubfesten er for alle klubbens voksne medlemmer.  
Den afholdes den 9. maj, kl. 18-02  
i Lille Frihedens Selskabslokaler.

Der bydes på lækker buffet,  
musik, dans  
og adgang til veludstyret bar !



Den gode stemning  
søger I selv for

Tilmelding og betaling på klubbens hjemmeside  
[www.HB2000.dk](http://www.HB2000.dk) under EVENT (i venstre side) se-  
nest 4. maj.

## Sidste nyt fra MINItOn

### Siden sidst...

Har vi afholdt Juleafslutning med forskellige konkurrencer for både børn og voksne. Der blev uddelt ægte medaljer til alle børn, og julekage-medaljer til alle voksne. Efterfølgende gik vi i Caféen, hvor hver familie havde medbragt juleknas til det fælles buffébord – Tobias fik mandlen i ris a la manden og vandt den eftertragtede gave!

Før vinterferien holdt vi "mini-fastelavn". Børn og voksne kunne komme udklædt, og hallen blev fyldt op med prinsesser, Hulk, Spiderman, en læge, en fe, Ironman og en enkelt julemand. Børnene kunne medbringe legetøj, som de kunne lege med i slutningen af træningen, hvor der også blev budt på frisk frugt og kanelgiffler.

### MINItOn nu.....

MINItOn-holdet vokser stille og roligt på flere måder, idet børnene bliver ældre 😊 men vi oplever også at flere børn lægger vejen forbi hallen søndag morgen. Holdet er nu oppe på 10 faste ungdomsspillere og det giver en god energi i hallen når vi er så mange til træning, og gode muligheder for at dele børn og voksne på kryds og tværs til diverse aktiviteter. Desuden er det også rart når bedsteforældre kommer forbi for at se hvor gode børnebørnene er blevet, ligesom også mindre eller større søskende *altid* er velkomne.

Træningen består som altid af fælles opvarmning med diverse lege og badmintonøvelser. Og nu hvor børnene kan mere og mere og gerne tager imod udfordringer, er vi som noget nyt begyndt på "slagtræning". Slagtræningen foregår ved, at børnene spiller med deres forældre på ½ bane, hvor den voksne kaster bolde f.eks. høje, lave eller hurtige bolde – og hvor der tælles sammen hvor mange bolde der er blevet ramt i alt. Slagtræningen varer typisk i 5 minutter, hvor børnene efterfølgende kan få skrevet deres resultat op på en liste, og se om de har slået en af deres tidligere rekorder. Både børn og voksne har taget godt i mod slagtræningsøvelserne, og vi ser stor koncentration på banerne og iver efter at ramme så mange bolde som muligt.

Som altid er der god stemning i hallen til MINItOn, og som træner er det en fornøjelse at have med veloplagte og entusiastiske børn, forældre og bedsteforældre at gøre disse søndag morgen 😊

For eventuelle nye medlemmer gør vi opmærksom på, at MINItOn foregår hver søndag i Præstemosehallen fra kl. 8.30-9.30. Kontakt gerne Pernille (tlf. 28 70 60 70) og hør mere, eller mød bare op!

Og for de børn og voksne som vil "spille" mere badminton derhjemme (i sofaen) har vi fundet en gratis app, som hedder "Badminton 3D"..... god kamp!

Se foto på side 2

Mange hilsner fra Nicolas og Pernille 😊

## HB2000

Senior og veteran klubmesterskaber

4. maj - 8. maj 2015



Afvikles hverdage 18.00 – 23.00

Finaler fredag d. 8. maj



**SIDSTE FRIST FOR TILMELDING 23. april 2015.**

Regler lægges i klublokalet og kan ses på hjemmesiden.

Kun tilmelding og betaling via HB2000's hjemmeside.

## Træning for de yngste

Lørdag den 28.2 var der træning for de yngste i ungdomsafdelingen.

Martin Johannessen var hyret til at træne ungerne hele eftermiddagen og U15 pigerne Ellen, Steffanie og Laura samt Amanda fra seniorafdelingen var med for at give Martin en hjælpende hånd med de 17 deltagere.



Hygge i cafeen



Fortsættes



Efter en superfin eftermiddag, hvor de yngste lærte en masse, var det blevet tid til et tiltrængt bad og frisk tøj, tog forældrene over og gav ungerne en hyggelig og dejlig aften i

ca-



feen . Der blev disket op med lækker mad efterfulgt af hygge med film, popcorn og konkurrencer.

**EGERBYG** <sup>A</sup>/<sub>S</sub>  
Tømrer- og snedkerfirma • Hovedentreprenør



## Klubmesterskaberne 2015

Så er det igen ved at være tid til vores årlige klubmesterskab i ungdomsafdelingen.

Alle kan deltage - uanset hvor længe du har spillet.

Hvis du er ny eller er lidt usikker på reglerne, vil der være nogle hjælpere til stede, som vil hjælpe dig.

De indledende kampe spilles lørdag den 18. april fra kl. 15.30-19.00 og finalerne søndag den 19. april kl. 09.30-16.00 i Præstemosehallen.

Søndag vil der være overrækkelse af præmier, uddeling af pokaler til årets spiller, årets kammerat, årets fighter og mesterskabernes bedste fighter.

Det koster kr. 40,00 pr. række du stiller op i.

Caféen vil være åben både lørdag og søndag, hvis man skulle trænge til noget at spise eller drikke undervejs.

Der er ingen dårlige undskyldninger, det er bare om at få sig tilmeldt -senest den 30.marts til din træner.

Se invitation og tilmelding på din mail.....

Ungdomsafdelingen

## Seniorafdelingen

Der er en del at berette denne gang. Vi starter med det sædvanlige overblik over holdturneringen:

Sæsonen går på hæld. Der er i skrivende stund 1 runde tilbage.

1. holdet skal spille om oprykning til Københavnserien mod Drive. Det kræver alle 3 point i en svær udekamp.
2. holdet spiller for overlevelse i serie 2. I teorien kan vi med et nederlag stadig klare skærene, men det kræver så at Tingbjerg lige under os også taber, da vi har samme pointantal, men er bedre i antal vundne kampe.
3. holdet rykker desværre ned i serie 4.

### Ny træner om torsdagen.

Vi har fået ny træner om torsdagen efter kun ½ år med Morten. Morten valgte at stoppe da hans arbejdssituation ændrede sig og derfor ikke ville være i København i samme omfang som før.

Så vi har fået ansat Frederik Søgaard i stedet. Frederik er 22 og bor i Holbæk. Velkommen til.

### Nye bolde og tøj

Seniorafdelingen har skiftet til Li Ning bolde som nævnt i sidste nummer af klubbladet. Alle andre afdelinger beholder Forza. Som en del af den nye boldkontrakt har vi fået tildelt spillertøj til dem der spiller på hold. Efter en afstemning om farver faldt valget på den orange som kan ses her. Der følger 2 T-shirts og et sæt shorts/skirt med.

**Tilgang på spillersiden** Vi har fået tilgang af Jakob Jensen og Maria Olsen. Velkommen og velkommen tilbage.



*Frederik Søgaard*



*Den nye spillerbluse*

# BAGSIDEN

Hermed har vi så fået blad nr. 1 / 2015 på gaden.

Prøv at se på årgangstallet på forsiden. Heraf fremgår at vort lille blad næste år kan fejre 50 års jubilæum !

Det er da alligevel noget....

Så vidt man hører rundt omkring, er der ikke mange badmintonklubber, der stadig har et papir-klubblad kørende.

Men det må da gerne vare længe, inden vi bliver overhalet af den tekniske udvikling.

Nå, men har du nu læst bladet ordentligt. Er du ikke sikker, så læs det bare én gang til. Der er mange gode informationer.

En ting blev der ikke plads til:

Til den nye spillesæson efter sommerferien, får vi ny bestyrelse i cafeen. Mere herom i næste nummer.

Tilbage er der kun at ønske alle medlemmer

*et godt forår*