

Hold-Motionisterne

Turneringsmotionisterne i HB2000 træner hver tirsdag fra kl. 20.00 til ca. kl. 22.30.

En træningsaften starter med, at vores træner leder opvarmning i ca. 20 min. + slagtræningsøvelser i ca. 25 min. Herefter spilles der 3 runder á ca. 30 min. Det er en af vores 4 holdledere, som sætter disse runder.

I holdturneringen er vi tilmeldt 3 mix-hold, som hver består af 4 damer og 4 herrer og et herrehold bestående af 4 herrer.

For yderligere information kontakt afdelingsformand Jakob på tlf. 21397821, mail jakob_b_madsen@yahoo.dk eller HB2000@HB2000.dk.