



www.dropshot-vzw.be

info@dropshot-vzw.be
jeugd@dropshot-vzw.be

Jeugdverantwoordelijken:

Zwannet Oostinga 016 25 21 55

Jeugdopleiding badminton – Dropshot Rotselaar – 2017-2018

Badminton

Badminton is een complete racketsport waarin je snelheid, lenigheid, kracht en uithoudingsvermogen moet combineren met spelinzicht, tactiek en inschattingsvermogen. Het is niet alleen topsport, maar ook een prachtige, geweldloze recreatiesport.

Onze club

Dropshot-vzw Rotselaar is aangesloten bij Badminton Vlaanderen en de VVBBC (Vereniging voor Vlaams-Brabantse Badminton Clubs). Onze volwassen leden spelen meermaals per week recreatief of competitie. Jongeren vanaf zes jaar bieden wij een badmintonopleiding aan, van begin september tot eind juni (vakanties inbegrepen).

Jeugdopleiding vanaf 6 jaar – 5 groepen

Elke groep traint op zaterdagvoormiddag, groep 5 daarnaast ook op donderdagavond. Hoe hoger de groep, hoe hoger de intensiteit en de vereisten. Op de volgende bladzijde vind je de voorwaarden, doelen en speeluren van elke groep terug.

De trainers bepalen in welke groep je kunt meetrainen, op basis van je vaardigheden, inzet, houding, leeftijd, maar soms ook op basis van het aantal beschikbare plaatsen.

Trainers

Arvid Van Eylen, Pieter Van der Deen, Rúa Debulpaep, Stef Mallaerts, Tim Thielemans

Proefles

Als er nog plaats is, kan je gratis een proefles volgen. Je kunt dan eventueel ook een racket van de club gebruiken.

Materiaal

Elke speler brengt zijn eigen racket van gepaste lengte mee. Je kunt er eventueel één kopen in de club. Teken je racket en je rackethoesje. De club zorgt voor shuttles.

Voorwaarden en gedragsregels

- 1 Je zorgt er mee voor dat iedereen zich welkom voelt en het leuk blijft vinden om samen te sporten.
- 2 Je luistert naar de uitleg van de trainers en je volgt hun richtlijnen ook op.
- 3 Je komt op tijd.
- 4 Jongens kleden zich om in kleedkamer 2, meisjes in kleedkamer3. Je buitenkledij en buitenschoeisel laat je tijdens de training in de kleedkamer: schoenen ONDER de bank. Laat geen waardevolle zaken achter. Leg nooit materiaal voor een deur.
- 5 Een flesje water mag je meebrengen in de zaal, frisdrank niet.
- 6 Je komt enkel met proper zaalsportschoeisel in de zaal.
- 7 Je helpt met het opstellen en opruimen van het materiaal.
- 8 Je doet alle opwarmingsoefeningen mee.
- 9 Je verlaat de zaal of training niet zonder akkoord van de trainers. Als je om welbepaalde redenen vroeger naar huis moet, breng je een briefje van je ouders mee, of komen je ouders je zelf ophalen in de zaal.
- 10 Laat zowel de zaal als de kleedkamers netjes achter. Deponeer afval altijd meteen in de vuilniszakken.

Inschrijven

Klik in onze website op JEUGD-MEER INFO en scrol dan naar onder om het gegevensformulier in te vullen.

Schrijf vervolgens 105 euro (groep 5: 145 euro) over op rekeningnr. BE28 7330 3097 1120, met vermelding van naam en voornaam van de speler. Voor wie pas halverwege het jaar inschrijft: na 1 januari € 80, na 1 april € 50 (voor groepen 1-4).

Daardoor word je ook lid van Badminton Vlaanderen en geniet je van een ongevallenzekerings voor al onze trainingen, tornooien van VVBBC- en BadmintonVlaanderen én alle bijhorende verplaatsingen.

Je ontvangt in je mailbox automatisch een attest waarmee je een stuk van je inschrijvingsgeld kunt recupereren bij je ziekenfonds.

Tornooien

We stimuleren deelname aan enkele VVBBC-tornooien, maar je kunt ook op eigen initiatief deelnemen aan tornooien: de club staat nooit in voor vervoer, maar je bent wel altijd verzekerd.

Sporttechnische doelstellingen

	Van 6 tot 12 jaar	Vanaf 10 jaar EN/OF goede beheersing basistechnieken en inzet	Van 13 tot 18 jaar OF jonger, indien voldaan aan de voorwaarden		
	Groep 1	Groep 2	Groep 3	Groep 4	Groep 5
	Zaterdag 09.30 - 11.00 u.	Zaterdag 09.30 - 11.30 u.	Zaterdag 11.00-13.00 u.	Zaterdag 11.00-13.00 u.	Zaterdag: 11.00-13.00 u + donderdag : 19.00-20.00 u.
Voorwaarden	<ol style="list-style-type: none"> 1 Respect voor zaal, materiaal, medespelers en trainers 2 Positieve houding 3 Willen badmintonnen en willen bijleren 4 Opdrachten willen uitvoeren 	<ol style="list-style-type: none"> 5 Basisregels gekend 6 Basistechnieken gekend (grepen, slagen, voetenwerk) 7 Clear en opslag technisch juist en efficiënt kunnen uitvoeren 8 Shuttle kunnen beheersen 9 Basishouding consequent toepassen 	<ol style="list-style-type: none"> 10 Voor instappers vanaf dertien jaar, of voor jongeren uit de basisgroep die de basistechnieken nog onvoldoende beheersen of toepassen. 	<ol style="list-style-type: none"> 11 Clear, opslag, drop en smash technisch juist en efficiënt kunnen uitvoeren 12 Bijtrekpas en splitpas kunnen uitvoeren 13 Uitvalpas consequent correct toepassen 14 Gedrevenheid in oefening en uitvoering 15 Tactische bewegingen kunnen uitleggen 16 Gemotiveerd om echt bij te leren. 	<ol style="list-style-type: none"> 17 lob en drive correct en efficiënt toepassen 18 voetenwerk is goed 19 gemotiveerd om twee keer per week echt intensief te komen trainen. 20 Gemotiveerd om deel te nemen aan enkele VVBBC-tornooien. 21 Bereid een verhoogd lidgeld te betalen, voor de extra trainingen.
Doelen	<ul style="list-style-type: none"> • Basistechnieken aanleren (grepen, slagen, voetenwerk, houding) • Basisregels aanleren • Basisconditie aanscherpen • spelplezier 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschil tussen tussen clear, drop en smash uitdiepen • Verschil tussen lob en netdrop uitdiepen • Voetenwerk verbeteren • Pittigere conditietraining • Tactisch inzicht 	<ul style="list-style-type: none"> • De doelen van groepen 1 én 2. 	<ul style="list-style-type: none"> • Slagen, vooral lob en drive verbeteren • Voetenwerk verbeteren • Tactiek consequenter toepassen • Snelheid en uithouding opdrijven • kennismaken met VVBBC-tornooien 	<ul style="list-style-type: none"> • slagen perfectioneren, o.a. netdrop • voetwerk perfectioneren • opstelling perfectioneren • doorgedreven enkelspel

De trainers bepalen OF en WANNEER een speler naar de volgende groep kan overgaan. Hierbij wordt niet alleen rekening gehouden met leeftijd, conditie, kennis en vaardigheden, inzet en motivatie, maar ook met de beschikbare ruimte in de verschillende groepen.