

Velkommen til Frederiksberg Bordtennis - FBTK



Velkommen til Frederiksberg Bordtennis - FBTK

Om Frederiksberg Bordtennis

Frederiksberg Bordtennis blev grundlagt i februar 2011 og har haft lokaletid i Mariendalshallen siden efteråret 2011. Klubben har gradvist fået mere plads i kælderen og udnytter nu hele området til træning. I 2019/2020 begyndte vores turneringshold at spille kampe på skoler og idrætshaller i Frederiksberg, hvilket frigav mere træningstid i kælderen. Medlemstallet er vokset støt gennem klubbens første 8 år og har de sidste 5 år oplevet en kraftig stigning. I 2024 nåede vi over 300 medlemmer, og vi søger fortsat efter mere plads til vores aktiviteter.

Til nye forældre

Frederiksberg Bordtennis drives af frivillige kræfter og vi sætter stor pris på den hjælp, I som forældre bidrager med, når jeres børn er blevet medlem af klubben og på den støtte I giver jeres børn i deres træning. Vi er taknemmelige for al hjælp – både stort og småt – som I kan bidrage med ved at deltage i klubbens forældremøder og ved aktivt at hjælpe til og støtte op om klubbens arrangementer.

Til træning, stævner og kampe er det vigtigt, at vi opmuntrer uden at presse børnene med for høje forventninger. Til slut i denne velkomstfolder kan I læse 10 gode råd til forældre udarbejdet af BordtennisDanmark.

Er du interesseret kan du læse mere her:

<https://bordtennisdanmark.dk/foraeldresiden/>

Til nye spillere

Som ny spiller er det vigtigt at bevare nysgerrigheden og gåpåmodet. Det er sundt og dejligt at lære nye ting, og der er altid noget, der kan øves og forbedres i sport – og det gælder også bordtennis. Husk at møde op til træning i sportstøj og indendørssko. Hvis du ikke har et bat, kan det lånes i klubben. Inden du køber dit eget bat, så spørg i klubben om råd. Vi har adgang

til bat, der kan købes med klubrabat til nye spillere/begyndere, som du kan have glæde af i de første år.

Udover træning er der mulighed for at spille kampe og deltage i stævner, når du har lyst. Der er forskellige niveauer og trin, som er gode at gennemgå, så lysten bevares samtidig med, at udfordringerne er rimelige. Hvilket niveau/stævne der passer til netop dig kan du altid tale med din træner om.

Medlemssystem og kontingent

Ved indmeldelse bliver medlemmer registreret i ”Holdsport”. Betingelser og samtykke godkendes ved indmeldelse. Holdsport kan bruges både som webside og som app. Al kommunikation foregår gennem Holdsport, og træningstider samt udvalgte stævner vises i kalender-funktionen. Se mere om stævner mv. i afsnittet ”Stævner/kampe”.

Medlemsbetaling notificeres i Holdsport og betales i starten af hver halvsæson: august-december og januar-maj/juni.

Træning Ungdom 1&2:

Tilmeldinger til træning foregår direkte i holdsport.

Stævner/kampe

I stigende sværhedsgrad: begynderstævne – ungdomsstævne – klubstævne/holdkampe.

Tilmeldinger til begynderstævne foregår via holdsport (gratis).

Tilmeldinger til ungdomsstævner foregår via udvælgelse gennem træneren.

Tilmelding i holdsport. Klubben betaler i nogle tilfælde tilmeldingsgebyr.

Tilmeldinger til klubstævner foregår via bordtennisportalen.dk. Spilleren betaler tilmeldingsgebyr.

Klubben indløser licens for dem som gerne vil spille turneringer. Der skal være indløst licens før man kan tilmelde sig via [bordtennisportalen.dk](https://bordtennisdanmark.dk/foraeldresiden/bordtennisportalen-for-foeraeldre/)

Sociale arrangementer/events

Klubben afholder i løbet af året sociale arrangementer, hvor der er brug for et par ekstra frivillige hjælpere. Meld dig gerne som en frivillig ressource og kom gerne og sig til, hvis du har forslag til et socialt arrangement i klubben.

Klubben er taknemmelig for al slags hjælp.

Vil du vide mere

Vil du vide mere om bordtennistræning kan du f.eks. læse mere her:

<https://bordtennisdanmark.dk/foraeldresiden/bordtennisportalen-for-foeraeldre/>

<https://bordtennisdanmark.dk/traenere/konkurrencetrappen/>

Kom godt fra start i bordtennis – 10 råd

1	Kom i god tid til træningen	Så er det tid til klæde om og varme lidt op. Det giver en rolig start og så er du klar når træningen starter. Husk at hilse på dine holdkammerater og trænere – så føler alle sig som en del af fællesskabet.
2	Husk udstyr	Hav indendørssko, sportstøj og gerne egen bat med. Klubben er et begrænset antal lånebat.
3	Træning før resultater	Det vigtigste i starten er leg, teknik og glæden ved spillet – ikke sejre i kampe.
4	Vær tålmodig	Det tager tid at lære nye slag og teknikker. Husk at det er indsatsen der tæller – ikke om du vinder eller taber.
5	Lyt og vær nysgerrig	Lyt til trænerens instruktioner og prøv dit bedste. Hav mod på nye øvelser og nye

		udfordringer. Spørg hvis der er noget du ikke forstår eller der er noget der er svært – træneren er her for at hjælpe dig.
6	Samarbejde er vigtigt	Man træner med og mod hinanden. God opførsel, fairplay og godt kammeratskab er en del af sporten.
7	Forældre som støtte	Vis interesse, spørg ind til træningen og hjælp barnet med at huske udstyr og træningstider – men lad barnet selv spille og lære. Støt og opmuntr – ros indsats og udvikling – ikke kun resultater.
8	Respekt	Husk at respektere træneren, modstandere, dommere og klubfællesskabet.
9	Sund balance	Husk balancen. Bordtennis er sjovt, men der skal også være plads til skole, venner og fritid. Bordtennis skal være en glæde – ikke en pligt.
10	Vær en del af fællesskabet	Klublivet handler også om at være sammen. Støt fællesskabet, vær aktiv og deltag i sociale arrangementer, klubaktiviteter og stævner når barnet er klar.

Vores sponsorer - en vigtig del af klubben

Frederiksberg Bordtennis bygger på frivillighed, og for at vi kan udvikle klubben og skabe de bedste rammer for vores medlemmer, er vi afhængige af støtte fra sponsorer. Vi vil derfor gerne opfordre alle i klubben til at bakke op om vores sponsorer og bruge deres produkter og ydelser, når muligheden byder sig.



Sparekassen Danmark er en lokal og nærværende sparekasse, der kender hverdagen på Frederiksberg. Her får du personlig rådgivning, tryghed og løsninger, der passer til dine behov – ikke bare standardpakker. De støtter fællesskabet og været en fast støtte igennem mange år



BTEX (Bordtennisexperterne) leverer Danmarks bredeste udvalg af bat, borde, bolde og tilbehør. Med over 50 års erfaring og rådgivning fra passionerede spillere sikrer de, at du får både kvalitet og ekspertise. Ved at handle hos BTEX støtter du både dig selv og vores klub!