

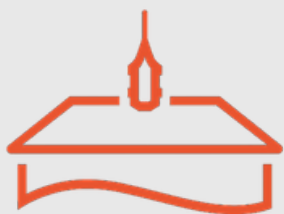


2027/K11

Bordtennis

– bolden lille, kampgejsten stor

14. marts – 20. marts



**LISELUND
HØJSKOLE**

Bordtennis – bolden lille, kampgejsten stor

Er du klar til at opleve bordtennis på en helt ny og lidt skævv måde? På Liselund Højskole handler det ikke kun om at vinde – men om at have det sjovt! Vi spiller, griner, hepper og udfordrer hinanden på kryds og tværs.



Her må du gerne ramme nettet, bordkanten – og måske endda bolden! 😊

Vi laver sjove konkurrencer, små turneringer og finurlige udfordringer. Der bliver plads til både nybegyndere, øvede og dem, der bare vil hygge sig.

Forvent masser af dueller, overraskelser og måske en smule drilleri. Det vigtigste er ikke, hvem der vinder – men hvem der får det største smil. Så find battet frem – nu skal der spilles bordtennis på Liselund Højskole!

Ekskursion

- Antvorskov Klosterruin

Medvirkende

- Jesper Hviid (JH) – aktiv bordtennisspiller, tidligere formand for Allested Bordtennis
- Rigmor Mehlsen – frivillig på Højskolen og kulturformidler

Højskolens undervisere på dette kursus

- Kim Jacobus Paulsen (KJP) – forstander
- David Bisbjerg (DB) – højskolelærer
- Hanne Probst Rasmussen (HPR) – højskolelærer
- Peter Søvad – (PS) højskolelærer
- Pernille Fenger – (PF) – højskolelærer

Program

Søndag den 14. marts

- Kl. 16.00 Ankomst & indkvartering
Kl. 19.30 Velkomst & introduktion

Mandag den 15. marts

- Kl. 10.00 Opvarmning med og uden bat – Fokus på basisteknik, fodarbejde og sjove øvelser. Opdelt efter niveau (JH)
Kl. 14.30 Opvarmning med og uden bat- Kampe efter niveau (JH)
Kl. 19.30 Højskoleaften (KJP)

Tirsdag den 16. marts

- Kl. 10.00 Opvarmning med og uden bat- Træning med den enkelte spillers spilleglæde, greb og skru (JH)
Kl. 14.30 Opvarmning med og uden bat- Kampe efter niveau (JH)
Kl. 19.30 Højskoleaften

Onsdag den 17. marts

- Kl. 10.00 Opvarmning med og uden bat- Træning med den enkelte spillers serv, greb og skru (JH)
Kl. 14.30 Opvarmning med og uden bat- Teknisk træning – Kampe efter niveau (JH)
Kl. 19.30 Højskoleaften

Torsdag den 18. marts

- Kl. 10.00 Opvarmning med og uden bat- Træning med spillers serv og spil igangsættelse (JH)
Kl. 14.30 Teknisk træning – Kampe efter niveau (JH)
Kl. 19.30 Højskoleaften

Fredag den 19. marts

- Kl. 10.00 Ekskursion: Gåtur til Antvorskov Klosterruin ved Rigmor Mehlsen
Kl. 14.30 Bordtennis turnering (JH)
Kl. 17.45 Afslutningsaften (KJP, JH, DB, HPR, PS & PF)

Lørdag den 20. marts

- Kl. 09.00 Morgensamling
Kl. 09.30 Afrejse



Praktiske oplysninger

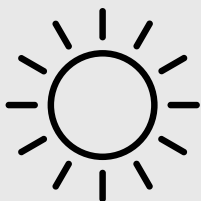


Tilmelding på vores hjemmeside
www.liselund.dk eller telefon 5852 3120
Ret til pris- og programændringer forbeholdes



Liselund Højskole

Slotsalleen 44
4200 Slagelse
Mail: booking@liselund.dk



Priser fra 4.530 til 6.500 kr. afhængig af,
hvilken indkvartering du ønsker

Dagens gang

Kl. 08.00 – 09.00	Morgenmad
Kl. 09.00 – 09.30	Morgensamling
Kl. 10.00 – 12.00	Undervisning
Kl. 12.00 – 13.00	Frokost
Kl. 14.30 – 16.30	Undervisning
Kl. 15.15	Eftermiddagskaffe
Kl. 18.00 – 19.00	2 retters menu
Kl. 19.30 – 21.30	Aftenarrangement

Heldagsekskursion er oftest i
tidsrummet 10.00 – 17.00

Der kan forekomme afvigelser.

