

TRÆNINGSPAN – UDENDØRS 2022

Træningshold & aktiviteter

Ferie og helligdage i følgende uger:

Første træningsdag:	Mandag den 25. april
Sidste træning inden sommerferie:	Fredag den 24. juni
Sommercamp junior udendørs:	Mandag-onsdag den 27.-29. juni
Først træning efter sommerferie:	Mandag den 8. august
Sidste træning udendørs:	Fredag den 23. september
Forventet start indendørs 2022-23:	Mandag den 3. oktober
Helligdage:	Ingen træning

Bemærk:

Der vil i flere af ferieugerne være forskellige aktiviteter, stævner og camps. Så det er med at holde øje i vores kalender på hjemmesiden eller vores Facebook side.

Der vil ligeledes være Drop-In for seniorer året rundt – også i ferieugerne.

Følg med på vores platforme, hvor vi løbende vil annoncere aktiviteter, camps og andre events:

- Hjemmeside: <http://www.randerstennisklub.dk/>
- Facebook-side: <https://www.facebook.com/RandersTennisklub/>
- Facebook-gruppe juniorer: <https://www.facebook.com/groups/490899671527700/>
- Facebook-gruppe for Randers Tennisklub:
<https://www.facebook.com/groups/RandersTennisklubgruppe/>
- Turneringer og stævner udbydes også i DTF og JTU regi.
- JTU aktiviteter og stævner – se mere her: <https://www.jtu.dk/jtu/index.php/aktiviteter>
- DTF Sommer Tour Stævner – se mere her: <https://tennis.dk/spiller/turneringer/individuelle-turneringer/sommer-tour/>

Spørgsmål & henvendelse vedr. træning - Kontakt venligst trænerteamet/udvalg:

Senior motion/øvet:

Niels Rokkjær
nielsrokk@gmail.com
Mobil: 20 63 35 90

Sen./Jun. begynder/letøvet:

Thomas Patula
patula1@live.dk
Mobil: 30 54 22 39

Talent/elite:

Thomas Clausen
doctorclausen@gmail.com
Mobil: 27 28 74 87

Junior årgange 2022

U10 – Årgang 2012 og yngre
U12 – Årgang 2010-2011
U14 – Årgang 2008-2009
U16 – Årgang 2006-2007
U18 – Årgang 2004-2005



Mandage

Tid / Trænere	Hold	Deltagere	Baner
Kl. 12:00-13:00 Niels	"Super-Senior"	Esther Christensen, Hans Hundevad, Ove Andersen, Ingrid Bøye, Dorthe Storgaard	3+4 A+B
Kl. 13:00-14:00 Niels	"Super-Senior"	Bente Baunsgaard, Birgit Randrup Thomsen, Kaj Udengaard, Kirsten Thøgersen, Jan Heinemeier	3+4 A+B
Kl. 14:00-15:00 Niels	"Super-Senior"	Stehn Strøm, Søren Lager, Jens Kjær, Christer Hedegaard, Kaj Langbak, Hans Hoff	3+4 A+B
Kl. 16:00-17:00 Victoria Annelieke	Juniortræning 11-16 årige	Sarah Herkjær, Clara Mathilde Elgaard, Astrid T. Andersen, Anne Sofie Merrild Clausen, Christoffer M. Kristensen, Asger Schou Lassen, Freja K. Kallesøe, Victoria Stausgaard, Lisbeth Nautrup, Ellen Holm-Petersen	2+3+4 A+B
Kl. 17:00-18:00 Victoria Annelieke	Børnetræning op til 11-årige Forældre er velkomne!	Karl Andersen, Melissa Højvang Rasmussen, Sarah Langberg, Thorbjørn Harfeld, Diana Omarkheil, Elise Olesen, Alma Lystlund, Viggo Ellesøe Borresen, Emilia	3+4 A+B
Kl. 18:00-19:00 Victoria Kim	Senior motion – kvinder	Laura Wilkenschildt, Emilie Holmgaard Knudsen, Cecilie Enevoldsen, Katrine Wilkenschildt, Charlotte Berthelsen, Ulla Lundgaard, Susanne Andreasen, Pernille Thornqvist, Lotte Juhl	1+2+3+4 A+B
Kl. 19:00-20:30 Niels 20.30-21 (Doubletræn)	Senior turnering	Thomas Patula, Kaare Andersen, Kim Ankerstjerne, Peer Ulrich Østergaard, Kirstine Merrild Clausen, Victoria Andersen, Annelieke Steenhuisen, Casper Hoff + andre spillere (udtages af trænerstab)	3+4 A+B

Tirsdage

Tid / Trænere	Hold	Deltagere	Baner
Kl. 06:30-07:30 Thomas	Talent/Elite	Casper Molich Hoff Pallesen, Conrad Gradman	3+A
Kl. 07:30-9:00 Thomas	Talent/Elite	Kirstine Merrild Clausen, Ingrid Moustgaard	3+A
Kl. 18:00-19:00 Kim Niels	Senior motion - mænd	Steffen Rousing, Flemming Mogensen, Kim Christiansen, Laurits Thorbjørner, Michael Fredberg, Carsten N. Thomsen, Martin Horn, Carsten Berthelsen	2+3+4 A+B
Kl. 19:00-20:00 Niels	Senior motion - kvinder	Anne-Mette Wiese, Hanne Møller, Marianne Kryger, Stina West Knudsen, Marie-Luise Gradman, Helle Møller Hansen, Pia Nørregaard Jeppesen	3+4 A+B

Onsdage

Tid / Trænere	Hold	Deltagere	Baner
Kl. 16-18 Randers TE	Fysisk Træning Talent/Elite	Kirstine Merrild Clausen	Langvang
Kl. 16:00-17:00 Thomas Annelieke	Juniortræning 11-16 årige	Sarah Herkjær, Clara Mathilde Elgaard, Astrid T. Andersen, Anne Sofie Merrild Clausen, Christoffer M. Kristensen, Asger Schou Lassen, Freja K. Kallesøe, Victoria Stausgaard, Karl Andersen, Melissa Højvang, Thorbjørn Harfeld, Elise Olesen, Lisbeth Nautrup, Ellen Holm Petersen	2+3+4 A+B
Kl. 17:00-18:00 Thomas Annelieke	Børnetræning op til 11-årige Forældre er velkomne!	Sarah Langberg, Diana Omarkheil, Alma Lystlund, Viggo Ellesøe Borresen, Emilia	3+4 A+B
Kl. 18:00-19:00 Thomas Kim	Senior motion – begyndere og letøvet	Pernille Elgaard, Inger Jensen, Pernille Nielsen, Olivia Tøttrup, Mira Shu Petersen, Karina Lambrecht, Maria Arbjerg + nye seniorspillere	2+3+4 A+B
Kl. 19:00-20:00 Niels Kim	Senior motion – kvinder og mænd	Bianca Blaabjerg, Billy Norup, Charlotte Gradman, Louise Dybdahl, Sussie Højvang Rasmussen, Thomas Clausen, Jacob Blaabjerg, Helle Friis, Dorte Thorhauge, Sofie Pedersen, Jørgen Glumsøe Nielsen, Kell Glumsøe Nielsen, Peter Johannsen + evt. andre spillere	1+2+3+4 A+B
Kl. 20:00-21:00 Double Selvtræning	Senior motion – kvinder og mænd	Bianca Blaabjerg, Billy Norup, Charlotte Gradman, Louise Dybdahl, Sussie Højvang Rasmussen, Thomas Clausen, Jacob Blaabjerg, Jørgen Glumsøe Nielsen, Kell Glumsøe Nielsen, Peter Johannsen + evt. andre spillere	1+2+3+4 A+B

Torsdage

Tid / Trænere	Hold	Deltagere	Baner
Kl. 07:30-09:00 Thomas	Talent/Elite	Kirstine Merrild Clausen, Ingrid Moustgaard	3+A
Kl. 16:00-17.30 Niels	Talent/Elite	Kirstine Merrild Clausen, Conrad Gradman, Ingrid Moustgaard, Christian Palsgaard	3+4 A+B
Kl. 19:00-20:00 Niels	Senior Turnering kvinder	Helle Friis, Dorte Thorhauge, Lisbeth Nielsen, Pia Vedel Ankersen evt. andre spillere (udtages af trænerstab)	3+4 A

Fredage

Tid / Trænere	Hold	Deltagere	Baner
Kl. 16:00-18:00 Thomas og forældre	Drop-In for alle juniorer/familier	Alle klubbens juniorer/familier er velkommen! Se datoer i kalender – som udgangspunkt er det 1. fredag i hver måned	1+2 A+B

Søndage

Tid / Trænere	Hold	Deltagere	Baner
Kl. 16:00-18:00 Tommy	Senior Motion Kvinder og mænd	Drop-In for ALLE seniorer Man inddeles efter niveau og spiller doubler med skiftende makker og modstandere	1+2+3+4 A+B

Klubbens trænere udendørs 2022:



Thomas Patula Klubkoordinator og træner

Mobil: 30 54 22 39
Mail: patula1@live.dk



Niels Rokkjær Senior turnering/motion, jun. talent/elite

Mobil: 20 63 35 90
Mail: nielsrokk@gmail.com



Victoria Andersen Juniortræning – forældre/barn



Kim Ankerstjerne Senior begynder/øvede

Billede på
vej

Annelieke Steenhuisen Juniortræning – forældre/barn



Tommy Jensen Bay Senior Drop-In



Adam Juel-Blicher Ekstern konsulent og
Supervisor Talent/elite