



SOMMERBREV – Version 2¹

LIDT OM MIG SELV

Mange af jer kender mig sikkert allerede godt. Men da vi efterhånden har mange hold, så tænker jeg en kort intro vil være en god ide.

Mit navn er Malte Trier Mørch og jeg er cheftræner i Fægteklubben Trekanten. Om mandagen i DGI-Byen, finder man mig stadig som træner på et begynderhold. Ellers er mit primære fokus på talentudvikling og elitefægtning i Trekanten. Uderover at være cheftræner, arbejder jeg også for Dansk Fægte-Forbund som ansvarlig for seniorfleuretlandsholdet. Ydermere er jeg med som træner ved kadet og junior EM & VM, da næsten hele fleuretungdomslandsholdet kommer fra Trekanten.

Jeg har skrevet dette lille sommerbrev, så alle har et overblik over hvornår vi slutter og hvornår vi begynder igen, samt lidt anden information jeg tænkte var relevant.

I er altid velkommen til at ringe eller skrive til mig hvis I har nogen spørgsmål.

SÆSON 2018-2019

Det er utroligt at vi allerede er nået helt til vejs ende med denne sæson. Tiden er fløjet af sted i stor fart og pludselig er det tid til at sige tak for endnu en sæson.

Der har været en enormt god stemning på alle holdene, og jeg ved jeg kan snakke for hele træner-teamet, når jeg siger at vi alle glæder os til at se de unge fægttere tilbage i DGI-Byen og i Trekanten på Østerbro, efter sommerferien.

Selvom mange børn er startet denne sæson, så er der stadig plads til mange flere. Jeg håber alle vil hjælpe med udbrede kendskabet til klubben og sporten i sæsonen der kommer.

Mange af dem der startede i sæsonen vil være klar til at fægte stævner til næste sæson. Fleuret-cuppen starter op igen til efteråret. Det er en serie af fire stævner, som er særligt målrettet til de nyeste fægttere i sporten. Fleuret-cuppen er en perfekt og blød start på deltagelse i stævner.

For de lidt mere rutinerede vil enkelte ture til Sverige, Tyskland og Holland blive relevant i den kommende sæson. Mere herom senere i brevet.

SIDSTE TRÆNINGSDAG OG SOMMERINDLEDNING

Træningen slutter i uge 25 – og søndag den 23. juni bliver sidste normale træningsdag i sæson 2018-2019.

Der bliver også arrangeret en sommerindledning denne gang. Det bliver søndag den 23. juni klokken 11:00 til 13:00. Der vil først være en fællestræning, og derefter hygge fra klokken 12:30 af. Alle børn fra alle B&U hold er velkommen og vi håber alle kan komme og skyde sommeren i gang.

¹ Bemærk at dette er version 2 af sommerbrevet. Version 1, var behæftet med en del fejl, og siden er ny information om denne og næste sæson kommet frem. Så derfor er denne version kommet til verden.



SOMMERLEJR 6. TIL 10. AUGUST

Det er stadig muligt at tilmelde sig Trekantens sommerlejr, som hvert år afholdes i Sakskøbing. Du kan læse meget mere om lejren på linket her: <https://camp.trekanten.org/>

Man kan sagtens deltage enkelte dage, hvis man skønner at hele lejren er for står en mundfuld. Ring eller skriv til mig hvis du/i er i tvivl om deltagelse i lejren.

FØRSTE TRÆNINGSDAG I SÆSON 2019-2020

- Vi starter op igen i Ryparken, i uge 33 – Første normale træning er mandag den 12. august
- DGI-Byen starter op i uge 34 – Første normale træning bliver mandag den 19. august & torsdag den 22. august.

Der er ingen ændringer i træningsdagene og træningstidspunkter.

LEKTIONSLISTE OM MANDAGEN

Som noget helt nyt starter vi en B&U lektionsliste op om mandagen. Det bliver Ed som giver lektionerne, som vil være ca. 20 minutter lange. Efter lektionerne vil der være et kort styrkeprogram i fægtesalen, med et primært fokus på mellemgulvsøvelser (core-øvelser), af ca. 15 minutters varighed.

Lektionslisten bliver gjort offentlig en måned frem, og så vil man via "google sheets" appen kunne skrive sig på lektionslisten online. Vi forventer at første mandag med lektioner bliver den 12. august.

BUSTUR TIL TER APEL I HOLLAND 2. TIL 3. NOVEMBER

Hvert år fylder vi en bus op og køre til Ter Apel i Holland. Det er en meget traditionsrig tur, som vi har gennemført i mange år. Stævneformatet betyder at alle får fægtet rigtig meget, flere vil kunne fægte både lørdag og søndag. Men turen er også central for klubbens sociale liv. Her bliver børnene rystet godt sammen, og det samme gør forældregruppen. Jeg vil varmt anbefale at man reserverer weekenden i kalenderen. Der kommer mere information om turen efter sommerferien.

ALDERSGRUPPER I SÆSON 2019-2020

Der findes ikke vægtklasser i fægtning. Fægterne er inddelt efter køn, alder og våben. Her kan du se hvilken aldersgruppe dit barn/børn har i den kommende sæson, og hvilken klingestørelse der bruges:

- | | | |
|--------------------|----------------|--------------|
| - U10 (minorer) | 2010- og yngre | str. 0 |
| - U12 (puslinge) | 2008-2009 | str. 0, 2 |
| - U14 (dreng/pige) | 2006-2007 | str. 2, 3, 5 |
| - U17 (kadet) | 2005-2003 | str. 5 |



UDSTYR

Kontakt gerne vore udstyrsmand Poul Gandrup hvis I mangler at købe udstyr til den kommende sæson. Poul Gandrup forhandler det tyske mærke Uhlmann.

<https://www.trekanten.org/udstyr>

Bemærk! At Poul Gandrup holder ferie hele juli.

KONTAKTINFO

Som sagt er i altid velkommen til at kontakte mig hvis har nogen spørgsmål.

Malte Trier Mørch

tlf. 26 83 44 08

E-mail. mtm@trekanten.org

**HAV EN FANTASTISK SOMMER!
VI SES I TREKANTEN -
VERDENS BEDSTE KLUB!!!**