

# VELKOMMEN TIL SÆSON 2024-2025

HUSK OPRYDNINGSDAG I KLUBBEN 11. AUGUST KL. 10 - FOR ALLE



**OPSTARTS  
INFORMATION  
FOR SISU/MBK**

**SISU**  
Bordtennis i



**MBK**  
Aarhus centrum

## Velkommen til sæson 2024-2025

<b>1. FORMANDENS VELKOMST.....</b>	<b>3</b>
<b>2. OPSTARTSBREV FRA UNGDOMSAFDELINGEN .....</b>	<b>4</b>
<b>3. OPSTARTSBREV FRA SENIORAFDELINGEN .....</b>	<b>7</b>
<b>4. OPSTARTSBREV FRA ELITEAFDELINGEN .....</b>	<b>11</b>
<b>5. GENERELLE INFORMATIONER .....</b>	<b>12</b>
NØGLEBRIK OG AKTIVITETER .....	12
BESTILLING AF KLUBTØJ.....	12
MEDLEMSINFORMATION.....	13
BLIV FRIVILLIG I ET STÆRKT OG SJOVT FÆLLESSKAB .....	13
STÆVNER .....	15
SPØRGSMÅL TIL BESTYRELSEN .....	16
SPONSORER.....	18

# 1. Formandens velkomst

Jeg vil endnu engang byde alle vores medlemmer velkommen til endnu en sæson i Danmarks dejligste klub.

Klubben er kun Danmarks dejligste fordi vi sammen gør klubben dejlig.

Vi starter denne sæson med oprydnings dag søndag den 11.08.2024 kl. 10.00 – Der er sendt mail rundt og se mere på hjemmesiden <https://www.sisu-mbk.dk/events/oprydningsdag2024/>

Denne dag er vigtig at medlemmerne kommer og hjælper med at rydde op så klubben står helt klar til den nye sæson. Kassereren sørger for lidt at spise inden folk går hjem.

Vi har som sædvanligt mange arrangementer i løbet af sæsonen:

I oktober måned afholder vi igen SISU/MBK-open i Brabrand hallen. Her skal vi bruge mange hjælpere.

Den 14/12 holder vi Klubmesterskab og slutter dagen af med et brag af en julefrokost. I februar måned afholder vi veteran open i klubbens egne lokaler.

I marts måned plejer vores veteran afdeling at afholde en double turnering med næsten 100 deltagere i klubbens lokaler. Dette er både morgenkaffe, frokost og stor turnering.

Hvis I har mulighed for at komme og støtte Jeres klubkammerater når de spiller kamp vil det altid blive positivt modtaget.

**Et sidste opråb fra formanden: Husk at vi er en forening der drives af frivillige der gør meget for vores klub. Sammen er vi stærkere. Støt op om klubben og den støtter op om jer.**

Med venlig hilsen  
Klaus Witved

Med ønsket om en god sæson og god læselyst!



## 2. Opstartsbrev fra ungdomsafdelingen

### Velkommen til bordtennissæsonen 2024-2025

---

Kære ungdomsspillere og forældre

Vi håber at I har haft en god sommerferie, og at I glæder jer til at komme i gang med en ny sæson med nye udfordringer for både spillere, trænere, ledere og forældre.

### Træningstrupper og tider

---

Træningen starter op i uge 33, dvs. fra mandag d. 12. august.

TRUPPER	DAGE/TIDER	STED	TRÆNERE
Hold 1: Nye/let øvede/øvede (ca. 14-17 år, årgang 2010 og ældre)	Mandag 16.00-17.30 Onsdag 16.00-17.30	Stuen -	"H.C" Fyhn Madsen
Hold 2: Meget øvede	Mandag 17.00-19.00 Onsdag 18.00-20.00 Torsdag 16.00-18.00	BTEX BTEX Stuen	Jesper "Stef" Steffensen og Simon Fisher
Hold 3 og 4: Øvede (ca. 6-13 år, årgang 2011 og yngre)	Tirsdag 16.00-18.00 Torsdag 16.00-18.00	Hallen -	Bastian Diness
Hold 4: Nye/let øvede (ca. 6-13 år, årgang 2011 og yngre)	Tirsdag 16.00-18.00 Torsdag 16.00-18.00	Hallen -	Laust Ravn Johansen
Piger/"Batgirls" (ca. 7-15 år)	Fredag 16.00-18.00	Stuen	Bastian Diness og Sørine Diness

#### Mulighed for ekstra fællestræning:

Udover de ovennævnte ugentlige træninger vil der også være mulighed for at deltage i ekstra træning på tværs af klubberne i Århus. Nærmere info udsendes senere.

### Stævner/klubture

---

Stævner er den mest udbredte turneringsform for ungdomsbordtennis. Vi deltager i mange stævner hen over sæsonen, hvilket giver mulighed for at spille mere bordtennis OG at være mere sammen med klubkammeraterne – og at få nye venner fra andre klubber.

Til alle de stævner, som vi udbyder, stiller vi med ledere/coaches fra klubben, så I spillere/forældre får en god og tryk oplevelse ved at komme afsted. Alle indbydelser udsendes på mail og trænerne på holdene vil løbende gøre reklame for aktuelle stævner.

Tilmelding foregår via mail og betaling via MobilePay jfr. de enkelte indbydelser

## Sociale aktiviteter

---

For at styrke de sociale relationer spillerne imellem – også på tværs af træningsholdene - afholder vi også i år forskellige sociale arrangementer i klubben i løbet af sæsonen.

Vi forventer således at afholde sæsonens første **HYGGEAFTEN MED OVERNATNING lørdag d. 14. september.**

## Indkøb af bordtennisbat/bordtennisudstyr

---

Vi anbefaler at man køber bat/andet bordtennisudstyr hos vores samarbejdspartner, Bordtennisexperterne/BTEX (www.btex.dk) i Åbyhøj, da deres bat har markant højere kvalitet og giver meget bedre mulighed for at lære at skrue og at udvikle de forskellige slag end de "stjernebat" (hobbybat), som man kan købe i alm. sportsforretninger.

Til de nye spillere kan vi især anbefale deres "Startbat", som også kan købes i klubben hos trænerne for 400 kr (normalpris: 459 kr).

<https://www.btex.dk/inzone-startbat.html>

## Følg med via info-mails og Facebook

---

Løbende information om aktiviteter/tilmeldingsfrister (stævner, træningslejre, sociale aktiviteter i klubben) udsendes til alle medlemmer på **info-mails**.

Hvis I ønsker at få vores info-mails sendt til flere forskellige mailadresser/modtagere, så giv venligst besked på: ungdom@sisu-mbk.dk

Vi har også oprettet en facebook-gruppe specifikt for jer spillere og forældre – **Sisu/MBK ungdomsafdeling** - <https://www.facebook.com/groups/193982321262214>

Ideen er dels at bruge den til at informere om kommende aktiviteter - som supplement til vores nyhedsmails. Men også til at skrive om aktiviteterne efterfølgende med rapporter, resultater og billeder.

Vi tror på at det kan blive en god hjælp for både os trænere/ledere i klubben og jer medlemmer/forældre. Vi håber derfor at I allesammen vil gå ind og tilmelde jer gruppen.

## Kontakt til ungdomsudvalget

---

Hvis du har spørgsmål til dette brev eller noget andet, du gerne vil vide mere om, er du meget velkommen til at skrive til os i ungdomsudvalget på ungdom@sisu-mbk.dk eller tage fat i os i forbindelse med de daglige træninger i klubben.

- Jesper "Stef" Steffensen: Ungdomsformand/træner
- Bastian Diness: Udvalgsmedlem/træner
- H.C Fyhn Madsen: Udvalgsmedlem/træner
- Jonathan Weiss: Udvalgsmedlem/kinatræner/robottræner
- Laust Ravn Johansen: Udvalgsmedlem/træner

**Med de bedste hilsner og ønsker om endnu en fantastisk bordtennissæson :-)**

Ungdomsudvalget

v/ Jesper "Stef" Steffensen

### 3. Opstartsbrev fra seniorafdelingen

#### Velkommen til bordtennissæsonen 2023-2024

---

Kære seniormedlem

#### Stort velkommen til den nye bordtennissæson.

Tak til Mathias Heidmann (tidligere seniorformand) for det store arbejde for klubbens seniorafdeling i den foregående sæson. Du er et stort socialt væsen og har været god til at tage dig af nye medlemmer. Du har i den forgangene sæson, været medvirkende til at gøre Sisu, og særligt seniorafdelingen, til noget helt særligt. Derfor gør det mig også glad, at du fortsat er en del af klubben; omend du slipper for det administrative arbejde og ansvar. Det forestiller jeg mig ikke, du kommer til at savne.

De næste år, bliver det så med mig ved roret og jeg er klar til at gøre mit for, at Sisu stadig er landets bedste klub. Husk på, at jeg "kun" har været i klubben i 2 år og derfor ikke er bekendt med alle dele af vores skønne klub. Så bær over med mig, hvis jeg ikke er bekendt med plejer. I er altid velkommen til at skrive eller tage fat i mig om stort og småt, så klubben fortsat udvikler sig i den rigtige retning.

Der skal også lyde et kæmpe stort tak til alle de frivillige, der giver en hånd med til arrangementer, stævner, oprydning af klubben og vores køkken, sikre friske drikkevarer og lignende. Klubben er utrolig afhængig af jeres indsat og I er allesammen med til at gøre Sisu til en fantastisk klub.

Til alle I andre, der endnu ikke er kommet i gang med det frivillige arbejde, skal der fra mig, lyde en kæmpe opfordring til at give en hånd med til oprydning, stævner og arrangementer. Hjælpen er en forudsætning for, at vi som klub, kan blive ved med at have det høje daglige aktivitetsniveau med mange træningstrupper med trænere og samtidig tilbyde en række forskellige arrangementer, stævner, holdturnering og andet udenom det daglige. Tag hånd om vores klub, ved at give en hånd med!

## Stævner, arrangementer mv.

---

Igen i år vil der være en lang række stævner og arrangementer i klubben og man kan allerede begynde at sætte kryds i kalenderen følgende dage.

Første store arrangement bliver Aarhus Open 2024 d. 12-13 oktober i Brabrand-Hallerne. Her vil der være rig mulighed for at få nogle fede kampe og se en masse god bordtennis. Opsætning og hjælp til det, forventes at blive d. 11 oktober. Nedtagning bliver søndag d. 13. om aftenen efter sidste kamp. Der får vi brug for alle klubbens gode frivillige kræfter.

Klubmesterskabet og efterfølgende julefrokost bliver lørdag d. 14 december 2024. Klubmesterskabet er en rigtig hyggelig begivenhed i klubben, som vi håber folk vil deltage. Veteran Open bliver det første store stævne i klubben i det nye år. Datoen for det er d. 7-9 februar.

Sidste år genoptog vi Seniorcup på Kristi himmelfartsdag. Her var der en stor tilmelding både for folk i klubben og fra andre klubber. Derfor fortsætter vi med det og holder fast i Himmelfartstorsdag d. 29 maj, 2025.

Jeg håber meget at der er nogle stærke medlemmer, som vil arrangere en klubtur til Landmesterskabet i Vejen, en tur til Ribe eller måske Sverige? Det kan også være sociale arrangementer, træningslejres eller lignende. Hvis I har brug for min hjælp med det praktiske, så skal I endelig skrive.

## Holdturnering

---

Sidste år havde vi 14 seniorhold fra Jyllandsserie til Serie 4, 9 veteranhold og Bat60+-hold og to Oldgirls hold med i årets holdturnering. Vi er den klub i landet med klart flest tilmeldte hold, hvilket er meget imponerende.

Jeg tilmelder alle hold fra Jyllandsserie til serie 5, samt veteranholdene og Oldgirls. Så derfor skal jeg have besked fra jer ud fra følgende system:



- Veteranhold (Veteran 60, 70 og 75) og Old girls skal tilmeldes inden d. 31/8. Derfor skal jeg have **besked senest søndag d. 25/8.**
- Jyllandsserie til og med serie 5 skal tilmeldes i starten af september. Derfor skal jeg have **besked fra jer senest lørdag d. 31/8**

Det anbefales, at der som minimum er fire spillere per hold.

I kan kontakte mig på mail på: [senior@sisu-mbk.dk](mailto:senior@sisu-mbk.dk)

Hvis man har lyst til at spille på hold, men er usikker på niveauet eller ikke har fundet de rette holdmarkere endnu, så skriv til mig. Så finder vi sikkert ud af det.

## **Folk uden klubtrøje får ikke lov til at spille holdkamp.**

### **Træningstider for den kommende sæson**

---

#### **Startdatoer for træningstrupperne**

- Første træning om tirsdagen er d.20/8
- Første dametræning er onsdag d.21/8

Fredagstræningen starter d. 30/8 og se besked nedenfor for info om træningen.

#### **Fredagstræningen:**

Fredagstræningen er for dem der enten spiller serie bordtennis, eller spillere der gerne vil på niveau til at kunne tørne ud for de blå. Vi træner øvelser med fuld gas og koncentration den første time, og spiller derefter kamprelateret single, double eller sjov med point.

Udgangspunktet for træningen er mantraet, "den hurtigste måde at blive god på, er at spille langsommere", dvs. træning med mange gentagelser, for at bygge et stærkt fundament baseret på kontrol og boldføling. Du lærer at speederen ikke kun skal være i bund, men at kunne styre og varierer dit spil via boldkontrol.

For at holde intensitet og den gode træningsstemning, har vi 5 borde i stueetagen. Det betyder at der maks. kan være 10 spillere til træning ad gangen.

Derfor er det vigtigt at melde sig til hos mig, man kan ikke bare møde op uanmeldt og sikre sig en plads. Så kontakt mig hurtigst muligt hvis det har din interesse.

Tilmelding og kontakt for dialog er på følgende:

[kennweinreich@gmail.com](mailto:kennweinreich@gmail.com) og Tlf. 29879487, Messenger kan også bruges

Er du allerede i begyndertruppen, og I tvivl om dit niveau i forhold til denne træning, så tal evt. med din daglige træner om det.

Med venlig hilsen

Kenn Weinreich

**Nedenfor ses træningstiderne til den kommende sæson:**

<b>Mandag</b>	kl. 08.00-14.00 Fri træning for veteraner kl. 17.30-23.59 Fri træning for Jyllandsserie - Serie 2
<b>Tirsdag</b>	kl. 18.00-20.00 Træningstrup begynder (organiseret træning) Træner: Mads Heltoft Laursen kl. 20.00-22.00 Træningstrup Let øvet/øvet (organiseret træning) Træner: Henrik "Lunder" og Mathias Monberg
<b>Onsdag</b>	kl. 08.00-14.00 Fri træning for veteraner kl. 17.30-19.30 Dametruppen (organiseret træning) Trænere: Mads, Henrik "Lunder" og Bent O. kl. 19.30-23.59 Fri træning for Serie 3 - Serie 5
<b>Torsdag</b>	kl. 08.00-14.00 Fri træning for veteraner kl. 18.30-23.00 Hjemmekampe i holdturneringen
<b>Fredag</b>	kl.08.00-14.00 Fri træning for veteraner kl.18.00-20.00 Fredagstruppen (organiseret træning) Træner: Kenn Weinreich kl.20.00 Evt. Hjemmekampe i holdturneringen

**God sæson:**

Jeg glæder mig til at se jer alle sammen igen og håber på, at I får spillet en masse bordtennis i den kommende sæson.

Rigtig god sæson til jer alle sammen!

Med venlig hilsen

Mads Heltoft Laursen

Seniorformand, Sisu/MBK

[senior@sisu-mbk.dk](mailto:senior@sisu-mbk.dk)

## 4. Opstartsbrev fra eliteafdelingen

### Velkommen til bordtennissæsonen 2024/2025

---

Velkommen til endnu en ny sæson i Sisu/MBK til alle jer i eliteafdelingen.

Seneste sæson var fremragende, men jeg er sikker på, at vi kan blive endnu bedre i år. Spille endnu flere gode bolde til træning, vinde endnu flere kampe i divisionerne – og nå ja, hygge os endnu mere bagefter.

Det har været skønt at se jeres iver for at holde træningen ved lige i ferien og at se det sammenhold, som gør, at I simpelthen ikke kan undvære hinanden over sommerpausen.

Vi skyder det hele i gang igen med første træning tirsdag den 13. august – og så klør på vi herefter hver tirsdag og torsdag. Træner i denne sæson bliver begge ugedage Henrik "Lunder" Espersen.

**Husk derudover også træningsdag lørdag den 7. september, hvor Lunder vil køre to træningspas.**

Vi indfører i denne sæson, at vi træner med samme slags træningsbolde til hver eneste træning. Det bliver administreret af Lunder. Inden træningskampe til slut i træningerne bliver det et *krav* at indsamle alle træningsbolde. Herefter får hvert bord udleveret *én kampbold*, som skal afleveres tilbage efterfølgende. Det skal gerne højne kvaliteten i træningen samt mindske boldsvind.

I år skal vi igen forsøge at beholde vores tre divisionshold. I har nemlig været så dygtige, at vi har hold i både 1., 2. og 3. division. Vi byder desuden velkommen til Magnus Hartvigsen og svenske Isak Edwardsson, der skal spille for os i 1. division. Jeg håber, I tager godt imod dem.

I øvrigt et stort tillykke til Peter Trans, der ved årets generalforsamling blev kåret til årets spiller.

Jeg håber desuden at se jeres opbakning til både at hjælpe med op- og nedsætning til Aarhus Open 11-13. oktober, til julefrokosten 14. december og løbende over sæsonen – det er meget prisværdigt og gør, at klubben kan hænge sammen.

Jeg glæder mig til at banke jer til træning og klappe af jer til kampe.

Med venlig hilsen  
Benjamin Lillelund, eliteformand.

## 5. Generelle informationer

### Nøglebrik og aktiviteter

---

Hvis man ønsker at spille udover de faste træningstider, så kan man anskaffe sig en nøglechip ved at skrive til næstformand Pia Leth på: [pialeth@stofanet.dk](mailto:pialeth@stofanet.dk)

Nøglechippet koster 100 kr. pr. sæson, hvor man har adgang til klubbens borde alle døgnets timer på alle årets dage, hvor de faste træningstrupper ikke spiller. Vær opmærksom på at tjekke om der er holdkampe, stævner eller andre arrangementer i klubben. Dette kan gøre på i klubbens kalender på vores hjemmeside: <https://www.sisu-mbk.dk/klubbens-kalender/>

### Bestilling af klubtøj

---

**For at repræsentere Sisu/MBK i holdturneringen skal ALLE bære vores klubtrøje.**

Prisen for klubtrøjen er 350 kr.

Alle medlemmer kan købe det nye klubtøj ved at besøge vores hjemmeside. Her kan I finde flere detaljer om størrelser, pakker mv.

#### **KØB DE NYE FEDE KLUBSHORTS I NAVY SÅ DET PASSER TIL KLUBTRØJEN**

Tjekliste til den kommende sæson 

 Bestil dit nye klubtøj på <https://www.sisu-mbk.dk/sisumbkshoppen/>

Vælg mellem tre forskellige udstyrspakker alt efter behov.

**Pakke 1:** Klubtrøje (350 kr.) – ved bestilling kan antal vælges

**Pakke 2:** Klubtrøje + shorts + opvarmnings T-shirt + træningsdragt (1.380 kr.)

**Pakke 3:** 2xKlubtrøje + shorts + opvarmnings T-shirt + træningsdragt (1.730 kr.) Ift. størrelser er pasformen den samme som den tidligere klubtrøje. Klubtrøjen kan prøves i BTEX eller i klubbens bestyrelsesrum.

👉 Køb og få skræddersyet dit bat hos vores samarbejdspartner BTEX på [www.btex.dk](http://www.btex.dk)  
BTEX kan rådgive om alt inden for bordtennisudstyr.

Ved at bære klubtøjet udstråler vi fællesskab, stolthed og holdånd. Det skaber en fantastisk atmosfære både på og udenfor banen 🙌 Desuden støtter vi vores sponsorer ved at bære klubtrøjen til holdkampe og stævner.

Er man interesseret i at komme på som sponsor kan man henvende sig til bestyrelsen.

Vi ser frem til at modtage jeres bestillinger og ønsker alle en rigtig god sæson 🏓

Har I spørgsmål eller brug for yderligere information, er I velkomne til at kontakte os.

## Medlemsinformation

---

Sisu/MBK har flere gode og informative nyhedskanaler – hvor man kan holde sig opdateret.

Vores hjemmeside [www.sisu-mbk.dk](http://www.sisu-mbk.dk) er stedet, hvor man bl.a. kan holde sig opdateret om:

- Begivenheder i klubben + aktivitetskalender
- Kontingent
- Træningstider
- Kontaktinformationer
- Sponsorer

Det er derfor en god ide, at man holder sig løbende opdateret her.

### Sociale medier:

Klubbens officielle Facebookside: <https://www.facebook.com/sisumbk> - Giv den et like

Gruppe for senior: <https://www.facebook.com/groups/458921187488735>

Gruppe for seniorelite: <https://www.facebook.com/groups/155429151165137>

Gruppe for ungdom og forældre: <https://www.facebook.com/groups/193982321262214>

## Bliv frivillig i et stærkt og sjovt fællesskab

---

Sisu/MBK er en stor forening med ca. 350 medlemmer. For at vi kan drive denne forening og kan skabe fantastiske rammer for vores medlemmer, har vi brug for frivillige. Du bestemmer selv hvor mange timer og kræfter, du vil lægge i det. Det er helt op til dig, hvor du kunne have lyst til at hjælpe.

At være frivillig i klubben er en fantastisk mulighed for at blive en del af et stærkt og ikke mindst sjovt fællesskab, der i samarbejde ønsker at udvikle klubben.

”Jeg startede som frivillig i eliteafdelingen for ca. 8 år siden – da der manglede en til opgaven, og det samtidig havde min interesse. Jeg har ikke fortrudt på noget tidspunkt. Jeg er nu bestyrelsesmedlem og engagerer mig i den spændende udvikling/udarbejdelse af vores hjemmeside, digitale platforme og er ansvarlig for klubbetøj. Jeg har også arbejdet med vores sponsorstrategi. Jeg kan på det varmeste opfordre til at melde jer som frivillige - også forældre til ungdomsmedlemmer – da det er sjovt, meningsfyldt og meget udviklende. Mange vil også kunne bruge det til at udvikle sig, lære nye personer at kende og til udvikling af sit CV”.

Citat Casper Staal.

# Stævner

---

Alle spillere som har betalt kontingent, kan også få indløst licens af klubben og dermed spille stævner og repræsentere klubben i holdturnering.

Du kan altid få et overblik over sæsonens stævner på [bordtennisportalen.dk](http://bordtennisportalen.dk) – Husk at orienter dig om seneste tilmelding, som normalt er ca. 3 uger før stævnet.

På vores hjemmeside er der lavet en guide, der beskriver, hvordan du opretter dig som bruger og/eller tilmelder dig til et stævne: [Guide til bordtennisportalen](#)

# Spørgsmål til bestyrelsen

---

Har du ubesvarede spørgsmål efter at have læst velkomstinformationen, så tjek klubbens hjemmeside.

Har du brug for kontaktoplysninger på relevante personer, kan de findes nedenfor.

Bestyrelsen: <https://www.sisu-mbk.dk/bestyrelsen/>

Med ønsket om en rigtig god sæson til jer alle sammen.

Med venlig hilsen



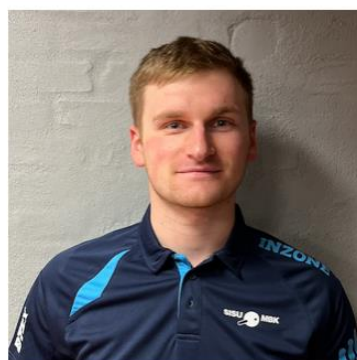
Klaus Witved  
**Formand**



Pia Leth  
**Næstformand**



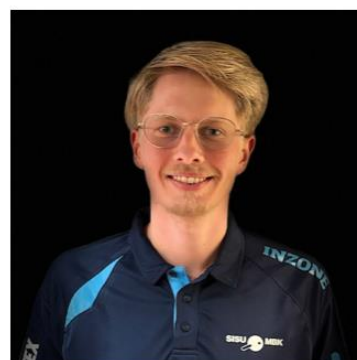
Jens Vestergård Jacobsen  
**Kasserer**



Benjamin Lillelund  
**Eliteformand**



Jesper "Stef" Steffensen  
**Ungdomsformand**



Mads Heltoft Laursen  
**Seniorformand**





Casper Staal  
**Bestyrelsesmedlem**

# Sponsorer

---

Sisu/MBK sætter stor pris på vores samarbejde med vores sponsorer. I klubben har vi alle et stort netværk og kan derfor alle hjælpe klubben med nye samarbejdspartnere.

Her kan du læse mere om dette: <https://www.sisu-mbk.dk/sponsorer/>

Her kan du læse mere om sponsorkoncepter: [Klik her for at åbne folderen](#)

## Tak for støtten til vores nuværende samarbejdspartnere

### GULDPAKKEN

PRIME OFFICE 

### SØLVPAKKEN



### KLUBPAKKEN

