

KVIK Næstved Træningsplan Sæson 2023 – 2024

Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
	17.00 – 18.00 Ungdom Begyndere Nystartet spillere. Trænere: Jesper Jørgensen og Kim Rasmussen.		17.00 – 18.15 Ungdom Begyndere Nystartet spillere. Træner: Peter Løvbjerg		10.00 – 12.00 Fri træning for alle medlemmer, samt familiebordtennis Mulighed for at tage familien eller en ven med.	10.00 – 12.00 Fri træning for alle medlemmer, samt familiebordtennis Mulighed for at tage familien eller en ven med.
17.30 – 19.00 Ungdom Talent / B Tekniktræning med øvede spillere, der spiller turnering og stævner. Seniorspillere som sparring. Træner: M Jensen.	18.00 – 19.00 Ungdom B Lidt øvede spillere, der spiller pointstævner. Trænere: Kim Rasmussen og Jesper Jørgensen	18.00 – 19.30 Ungdom Talent / B Tekniktræning med øvede spillere, der spiller turnering og stævner. Seniorspillere som sparring. Træner: M Jensen	18.15 – 19.15 Pige- og Damespillere. Alle kvindelige spillere, begynder som øvet er velkomne på dette hold. Fri træning og enkelte gange med instruktør.	17.00 – 18.45 Fri træning for alle medlemmer, samt familiebordtennis. Mulighed for at tage familien eller en ven med.		
19.00 – 22.00 Senior, motionister og veteraner. Fri træning.	19.15 – 22.00 Senior holdkampe Når der ikke spilles holdkampe, er der mulighed for fri træning. Se kalenderen på hjemmesiden.	19.00 – 21.00 Juniorliga og Senior. Junior ligatrup, samt udtaget drenge og seniorer Træner: Mathias Ringstrømm	19.15 – 21.00 Seniortræning. Alle seniorer, der vil træne øvelser, samt ungdomsspillere, der spiller på seniorhold. Forskellige trænere, instruerer dette hold.	18.45 – 22.00 Senior holdkampe Når der ikke spilles holdkampe, er der mulighed for fri træning. Se kalenderen på hjemmesiden.		

Ungdom begyndere: Nystartet spillere.
 Ungdom B: Øvede, pointstævne spillere.
 Ungdom Talent: Turnering og stævne spillere

Trænere: Brian Jensen 20956381
 Jesper Jørgensen 22792172
 Mathias Ringstrømm 26353191

Kim Rasmussen 21677427
 Peter Løvbjerg 28573051
 Michael Jensen 20937467

Mere info: www.kviknaestved.dk