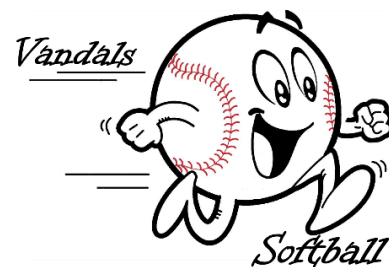


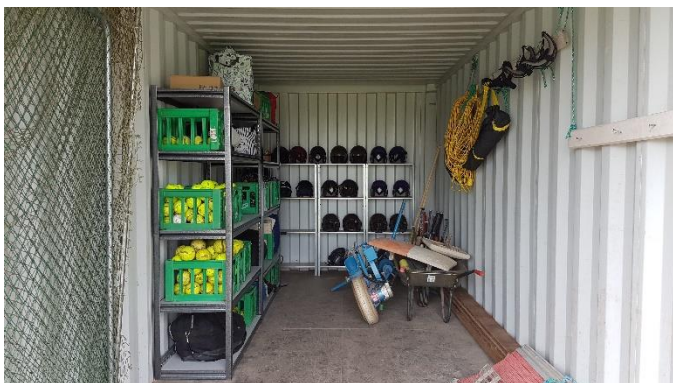
# Vandalen



## Banedag den 10. april

### Fra klokken 10-14

Kan vi igen får containeren til at se sådan ud?



Når vi hjælpes ad går det hurtigt. Der skal også rives og luges på baneområdet, så nup gerne en rive, skovl og spade med, når du kommer.

Vi har tradition for, at alle hjælper til - det gælder også spillerne, som dog også finder tid til spil og leg.

## Træning

Fra og med den 6. april går vi bort fra tilmelding til træning og vi regner med, at du kommer medmindre du melder afbudt til træner eller holdleder.

### Indtil videre mødes vi alle til træningsstart 17.30.

De mindste træner til klokken 19 og resten forsætter til 19.30. Når lyset tillader det, går vi over til 18-20 for de ældste.

**Kom til tiden – det gør træningen sjovere og mere sammenhængende!**

**Husk at hjælpe med at pakke ud og rydde op!**

## Træningsklar

### Tøj

Vores bane er ikke verdens varmeste, så sørg for at have varmt tøj på til træning, så du ikke bliver kold. Flere lag er godt, så kan man tilpasse sig også i løbet af træningen. Tænk også på skiftetøj, hvis det er vådt eller mudret.

### Mad og drikke

Uden mad og drikke, duer helten ikke: En mellemmad inden træning hjælper på både blodsukker, energi og humør - kom ikke sulten til træning og husk vanddunken!

## Rekordår!

Vi har i år hold med i følgende rækker:

- U12
- U15
- U19
- Slowpitch (Vintage)
- Herrer2

## Kampprogrammer

Kampprogrammer er på Holdsport. På sidste side af dette nyhedsbrev er, finder du QR koder til alle programmer og bane.

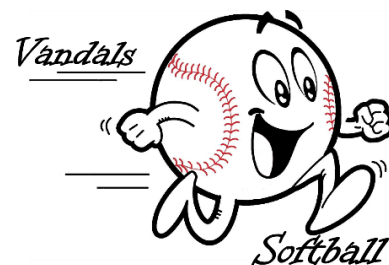
**Gør os alle en tjeneste og meld hurtigt til eller fra kampene, så vi har et overblik over, hvem der kan komme. Det er ingen skam ikke at kunne komme, men vi har brug for at vide det!**

## Holdledere

HUSK DU FINDER OS PÅ FACEBOOK:

[HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/BALLERUPSOFTBALL/](https://www.facebook.com/ballerupsoftball/)

# Vandalen



Alle hold har en holdleder, der styrer tilmeldinger, kørsel og uniformer, mens trænerne står for sportslige til træning og kamp.

- U12: Natasja (5151 5147)
- U15: Karina W (2479 3795)
- U19: Nikoline (3049 6491)
- H2: Claus (2086 2873)
- Slowpitch: Jana Asbæk (4245 1234)

Har du praktiske spørgsmål, skal have hjælp til kørsel og lignende, så er det holdlederne du skal have fat i.

## SLOWPITCH!

Er vores tilbud til forældre og andre, der gerne vil stifte bekendtskab med sporten og hygge sig samtidig. Her spilles der faktisk med bløde bolde!

Du kan også finde os på Facebook under navnet Vintage Vandals

## Herrer2

Nogle af vores mere inkarnerede slowpitchere, havde lyst til at prøve fastpitch, så vi kombinerer de ældste ungdomspillere med de "voksne", der har lyst til at spille fastpitch - det er også for Quinder! Vi lægger ud med at spille halvt-program og har fem kampdage i år.

Grib fat i Claus, Lauges far, hvis du vil høre mere.

## Minier

Vi har faktisk også et hold til dem fra 4-7/8 år, men vi venter lidt med udendørstræning til det bliver lidt varmere. Så har du venner, bekendte med mindre børn, så er det hos minierne de kan starte. Kontakt Christine (60686062 ) for mere info.

## Vi har plads til flere Vandaler

Vi håber, at I vil hjælpe til med at sætte plakater op og dele flyers ud og meget gerne, tage en ven eller to med til træning. Hvis I har andre ideer så sig til – vi er lydhøre for ideer!



*Vandal i kamp: kasket, røde strømper, og vores flotte røde kamptøj nede i bukserne.*

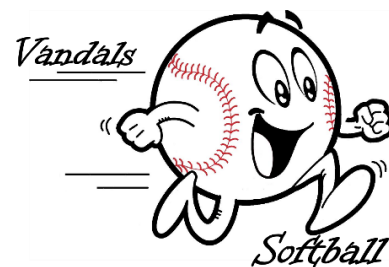
## Kamptøj





Klubben har bukser og trøjer til alle spillere. Man skal selv sørge for lange røde strømper og en kasket.



Kasketter kan købes/bestilles ved henvendelse til holdlederen.

# Vandalen



Banefinder		U12 - kampprogram	
			
	U15 - kampprogram		U19 - kampprogram
			
H2 - kampprogram		Slowpitch - kampprogram	
