

## UNDERVISERNE PÅ ISI BADMINTON

På ISI lægger vi stor vægt på kvalitet. Naturligvis også i forhold til undervisere.



Casper Hansen  
ch@isi.dk

Linjeansvarlig



Kathrine Kaack  
kk@isi.dk

Underviser på  
badmintonlinjen

Fysisk træner på ISI



Thomas Baadsgaard  
Stephansen  
tbs@isi.dk



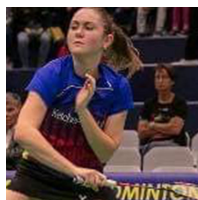
Mathias Moldt Baskjær  
mmb@isi.dk

Underviser på  
badmintonlinjen



Sune Gavnholt  
Underviser på  
badmintonlinjen

## DET SIGER TIDLIGERE BADMINTONELEVER PÅ ISI



Laura Fløj  
Thomsen

” Jeg valgte primært ISI at udvikle mig badmintonmæssigt. Her kunne jeg flytte fokus en anelse og prioritere min badminton højere.

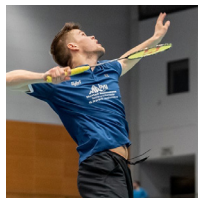
- læs mere på [www.isi.dk](http://www.isi.dk)



Victor Svendsen

” Jeg valgte ISI for at udvikle mig. I Hjørring havde jeg lang transporttid og derfor ikke mulighed for morgentræning.

- læs mere på [www.isi.dk](http://www.isi.dk)



Emil Hybel  
Kristensen

” Mit valg om ISI handlede først og fremmest om badminton. Jeg kom til et megagodt træningsmiljø, og det fik stor betydning.

- læs mere på [www.isi.dk](http://www.isi.dk)



# BADMINTON



# LEV LEV DRØMMEN

## FACILITETER - MILJØ - KULTUR - UDVIKLING



## LÆS MERE OM BADMINTONLINJEN OG UNDERVISERNE PÅ [WWW.ISI.DK](http://WWW.ISI.DK)



ISI Idrætsefterskole  
Lev drømmen

Hagelskærvej 40 • Postbox 99 • 7430 Ikast  
Tlf. 97 25 24 99 • Fax 96 60 18 39 • E-mail: [info@isi.dk](mailto:info@isi.dk)

ISI.DK



ISI Idrætsefterskole



Badmintonspiller med ambitioner? Så lev drømmen ud på ISI. Her kan du på optimal vis kombinere det bedste fra to verdener: Badminton på højeste niveau og et inspirerende efterskoleliv med et fedt fællesskab og nye kammerater, der brænder lige så meget for sport som dig. En unik oplevelse for livet, der udvikler dig - som person og som badmintonspiller.

På ISI har vi opbygget et ambitiøst og moderne badmintonmiljø, som vi selv godt tør kalde et af de allerbedste træningsmiljøer for U17-spillere i Danmark.

Du møder højt kvalificerede trænere, der sørger for træning med intensitet og variation. Du træner sammen med andre dygtige spillere og får dermed de bedste sparringspartnere. Netop i samarbejdet og fællesskabet udvikler både du og alle sig maksimalt.

**LÆS MERE OM BADMINTONLINJEN PÅ  
ISI IDRÆTSEFTERSKOLE PÅ WWW.ISI.DK**

### INDIVIDUEL TRÆNING

Vi træner badminton fire gange 1½ time om ugen på skemaet. Dertil kommer klubtræning om eftermiddagen og aftenen samt selvtræning.

Vi har stort fokus på individuel træning og arbejder målrettet mod at løfte dit spil med fokus på de detaljer og elementer, der er vigtige for netop din udvikling. Med løbende individuelle samtaler skaber vi et seriøst målsætnings- og evalueringsarbejde og bruger det som grundlaget for din træning.

### SKOLE OG FACILITETER

Det hele foregår i nogle af de bedste rammer i Danmark. Vi træner i badmintonhallen i Ikast-Brande Arena, som ligger i gåafstand fra skolen.

På ISI har vi vores eget styketræningslokale som du kan bruge til selvtræning, ligesom du også kan bruge ISI's egen hal.

På ISI har vi desuden erfaringen i at få masser af træning passet ind i en hverdag med skolegang og lektier - så du kan overskue begge dele.

### SAMARBEJDSKLUB

Har du lyst til mere badminton, kan du blive en aktiv del af den ambitiøse badmintonafdeling i Ikast FS. Du kan også vælge at fastholde tilknytningen til din egen klub, hvis du ønsker det. Du bestemmer selv.



### FYSIOTERAPI

Idræt i koncentrerede mængder stiller krav til fysikken og kroppen. På ISI stiller vi fysioterapeuter til rådighed, hvis du skulle få brug for det. Disse diagnosticerer og anviser øvelser til genoptræning. Derudover har vi samarbejdsaftale med fysioterapeuter fra FCM Sportsklinik, hvor der kan behandles uden lægehenvielse, men med tilskud fra Sygesikring Danmark, således er der ingen ventetid på undersøgelse og behandling.