



SÆSONOPSTART 2020/21

Vi planlægger træningsopstart mandag 10. august 2020.

I de første to uger har vi åbne træninger, som giver udøvere mulighed for at afprøve forskellige levels efter ambitionsniveau og erfaring/kompetencer. Man møder op til det level, som man er interesseret i. Træninger har fokus på basisteknik samt mulighed for at afprøve nye skills indenfor det gældende level. Der er trænere til stede til alle træninger og alle træninger er styret og planlagt.

Hvis man allerede er udøver eller erfaren indenfor cheerleading, møder man op til det level, som man er interesseret i.

Hvis man er helt ny udøver og derfor ikke kender så meget til cheerleading, vil følgende hold typisk være relevante:

- Tigers Future for udøvere mellem 3 og 8 år (Peewee level 1-2)
- Tigers Starlets for udøvere mellem 8 og 12 år (Peewee level 1-2)
- Tigers Fearless for udøvere mellem 12 og 16 år. (Junior level 2-3)
- Tigers Lush for udøvere over 15 år (Senior level 3)

Man bør derfor møde op til de levels, der er listet efter holdet.

UGE 33

Mandag 10. august

17.00 – 19.00: Junior level 5
19.00 – 21.00: Senior level 6

Onsdag 12. august

17.00 – 19.00: Åben hal
19.00 – 21.00: Senior level 3-5

Tirsdag 11. august

16.30 – 18.30: Peewee level 3
18.30 – 20.30: Junior level 4

Torsdag 13. august

17.30 – 18.30: Peewee level 1-2
18.30 – 20.30: Junior level 2-3

UGE 34

Mandag 17. august

17.00 – 19.00: Junior Level 5
19.00 – 21.00: Senior Level 6

Onsdag 19. august

17.00 – 19.00: Åben hal
19.00 – 21.00: Senior level 3-5

Tirsdag 18. august

17.00 – 18.30: Peewee Level 3
18.30 – 20.30: Junior Level 4

Torsdag 20. august

16.30 – 18.30: Peewee level 1-2
18.30 – 20.30: Junior level 2-3

Hvis man som ny udøver allerede har erfaring med gymnastik, dans eller lignende, vil det måske være mere relevant, at man deltager på et af vores mere erfarne hold. Det er vi åbne for, men vi vil gerne, at vores træner vurderer hvilket niveau, som du er klar til. Det er vigtigt for os, at der er sammenhæng mellem udøverne og holdenes levels (sværhedsgrad).

Kontakt os gerne for en nærmere snak om, hvilket level/hold der vil være passende for dig.

Uge 35

Vi forventer at gennemføre følgende proces i forhold til at sammesætte holdene til den kommende sæson.

Peewee:

- Efter de åbne træninger udvælger trænerne hvilke udøvere, der har potentiale til Spirit og giver dem alle muligheden for at takke ja eller nej
- Derefter sætter trænerne holdene Charm og Starlets
- Trænerne sætter holdet Future ud fra udøvernes alder

Junior:

- Der gennemføres en tryout til Fusion, tirsdag 25. august
- Der gennemføres team placement for Flawless og Energy, torsdag 27. august
- Derefter sætter trænerne holdet Fearless

Senior:

- Der gennemføres en tryout til Unique, mandag 24. august
- Der gennemføres en tryout til Untamed, onsdag 26. august
- Derefter sætter trænerne holdet Lush

Der kommer mere information om Tryouts og Team Placement senest i starten af august.

Hold sammensætningen på alle hold offentliggøres af klubben via en mail. De udøvere, der måtte have ambitioner om at deltage på et givet hold, men ikke får plads på det pågældende hold bliver kontaktet af trænerne for en snak om, hvad udøveren skal arbejde med for at kunne komme i betragtning til det ønskede hold.

Søndag i uge 35

Alle faste træninger begynder på normal vis.

Træningsplanen for sæson 2020/21 kan læses her: [TRÆNINGSPLAN - SÆSON 2020_21](#)

Hvis du er ny udøver og gerne vil læse mere, kan du gøre det her: [INFO TIL NYE UDØVERE](#)

Hvis du gerne vil indmeldes, kan du læse mere her: [INDMELDELSE?](#)

Hvis du har spørgsmål, så kontakt os endelig på info@tigerscheer.dk.