

Som nyt medlem af ...

ABC

...har man mange spørgsmål.

Hvad forventes af mig som nyt medlem af ABC? Hvad kan jeg forvente af ABC?

ABC forventer at medlemmerne holder sig orienterede om de mange tilbud om træning, stævner og fester samt fordeling af ligaaftener. ABC forventer at medlemmerne holder sig orienterede om mulighederne for at give en hjælpende hånd ved klubbens mange arrangementer.

Som medlem af ABC kan du nyde at deltage aktivt i et velfungerende klubliv, at spille beachvolley ved det niveau der passer dig og møder mange andre interesserede beachspillere.

Spil

Der spilles ved Den Permanente i Risskov og Beach Park Aarhus på alle ugens aftener. Der er ti baner begge steder, heraf er nogle forbeholdt ligaturneringer og træninger, mens de resterende baner er til frit spil.

Det er ikke muligt at reservere banerne til frit spil. På aftener med mange spillere, tages køsystemet i brug. Man står i kø til en bane ved medlemskortet. Der spilles ét sæt til 25 ad gangen.

Tilbud om Introtræning

ABC tilbyder Introtræning til nybegyndere og let-øvede beachvolleyspillere ved én af klubbens trænere.

Introtræningen finder sted fra ca slutningen af april til slutningen juni. Der kræves ingen tilmelding.

Introtræning holdes hver tirsdag og fredag aften på Den Permanente fra kl.19, samt hver søndag ved Beach Park Aarhus fra kl.16.

Der er mulighed for at spille med vekslende makker, og at lære andre nye spillere at kende.

Der gennemgås de grundlæggende slag i beachvolley: baggerslag, smash og serv. Man deltager i forsvars og angrebs øvelser og man lærer de fundamentale samspils mønstre og spillets regler.

Tilbud om Liga Turneringer

Alle medlemmer kan deltage i Ligaturneringer for Herre D og Dame C, efter rettidig tilmelding. Tilmelding til HD og DC foregår elektronisk til LigaansvarligVIPen. Herre D spilles ved Beach Park Aarhus og Dame C ved Den Permanente. Se planen.

Alle medlemmer kan deltage i Mix Åben, som er for hold med mellem 2 og 4 spillere, med mindst én af hver køn. Mix Åben spilles ved Den Permanente, og tilmelding til Mix Åben er på skemaet i Inforummet.

Baneopsætning

ABC forventer at medlemmerne deltager aktivt i korrekt opsætning af banerne, samt i nedtagning af banerne efter endt spil. Man kan læse om baneopsætning på www.abc1900.dk, og trænerne er behjælpelige med baneopsætning ved Introtræninger.

Aktiv klubliv

Som medlem af ABC kan du nyde at deltage aktivt i et velfungerende klubliv, at spille beachvolley ved det niveau der passer dig og møder mange andre interesserede beachspillere.

Beachvolley spilles både på dejlige sommeraftener, men også på gråvejrsaftener!

Information

Der findes info på klubbens hjemmeside www.abc1900.dk, i *Inforummet på Den Permanente* og på *tavlen ved Beach Park Aarhus*. Medlemmerne kan derudover vælge at holde sig orienteret via [Nyhedsbrevet](#).

Vis respekt!

ABC forventer at medlemmerne viser sit medlemskort på forlangende ved spillestederne.

ABC forventer at medlemmerne respekterer, at døren til Den Permanente kun er åben fra kl.19:00 til 19:45.

ABC forventer at medlemmerne overholder og respekterer reglen om ingen badning i Den Permanente.

ABC forventer at medlemmerne hænger alle materialer på hver deres dertil indrettede knage i Materialerummet efter endt spil.

Arrangementer

Tilmelding er på webshoppen. Informationer kan læses på www.abc1900.dk og i [Nyhedsbrev](#). Se

King/Queen-of-the-Beach

Aarhus Open

Århus Mesterskaber

Venlig hilsen, ABC bestyrelse