

U11

Bordtennis-specifikt	Træning	Foregår i klub og på camps/klublejr. Fokus på at lære om sportens muligheder, lege med bolden og arbejde med grundteknik. 1-3 pas om ugen afhængig af interesse og lyst.
	Stævner	Spiller begynderstævner eller stævner på tilpas niveau.
	Ligaspil	Ungdomslige hvis niveauet er til det – ellers ikke prioriteret.
Karriere og livet rundt om bordtennis	Målsætninger	Træneren skal kende spillerens motivation for at spille: Socialt, sjovt, for at lære, for at vinde...?
	Uddannelse	Folkeskole – sportsindrettet skolegang ikke relevant.
	Arbejde	Ikke relevant.
	Planlægning	Følger klubbens planlægning og kalender både ift. træning og konkurrence (stævner og ligaspil).
Træning	Fysisk træning	Dyrker flere sportsgrene ud fra interesse og lyst.
	Mental træning	Mentalt: fokus på at leg, lyst og at udforske sporten.