

Badminton

- rolig motion och trevlig gemenskap

I många år har en grupp tibbleseniorer spelat badminton i Täby Racket Center, som nu ligger nära Bergtorpsskolan. Ledare för badmintongruppen är Ingemar Nordansjö och Birgitta Groschopp.

- Badminton är en bra sport för seniorer, man kan fortsätta att spela långt upp i åren! säger Ingemar. *- I gruppen finns spelare från 60 år till över 80 år. Men det kan vara svårt att börja spela som senior.*

I hallen pågår flera matcher, och fjäderbollarna svischar genom luften. Alla spelare kämpar hårt för att vinna sin match!

Men det viktigaste är ändå att få spela och ingå i gemenskapen.

Att spela i grupp ger flera fördelar. Det finns alltid någon att spela med och man får spela med många olika motspelare. Det går lätt att variera mellan dubbel- och



Ingemar Nordansjö och Birgitta Groschopp möter Olle Swahn och Robert Hultman.



Ingemar och Birgitta vann den spännande matchen.

singelspel. Är man borta någon gång blir det inte problem för någon annan.

Badmintongruppen har 17 deltagare och tränar på förmiddagarna tisdag och fredag. Med två tillfällen/vecka har de fler träningstillfällen än någon av de andra friskvårdsaktiviteterna i Tibbleseniörerna.

Efter spelet träffas alla spelare på hallens café och tar en fika och pratar en stund. Det blir inte bara prat om matcherna utan om allt mellan himmel och jord. Många skämt och skratt blir det!

Den som vill veta mer kan kontakta Ingemar Nordansjö, tel. 070-578 8530 eller Birgitta Groschopp, tel. 070-968 60

