



INFORMATION OM

1-DAGES-TURNERINGER
1. HALVÅR 2019

BIRKERØD 17. MARTS
NØRRESUNDBY 31. MARTS
FARUM 12. MAJ

Også for dig !

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK 



Du kan på de næste mange sider finde en masse god information om vores 1-dagsturneringer.

Mangler du svar, så skriv til racketlon@outlook.dk – og du vil få svar hurtigst muligt.

Mvh. Racketlon Danmark

Indhold

| | |
|--|---|
| Generel information om Racketlon Danmark Touren 2019 | 3 |
| Hvad er racketlon ? | 3 |
| Sportslige spørgsmål | 3 |
| Hvor mange kampe får jeg ? | 3 |
| Er 3 kampe meget på 1 dag ? | 3 |
| Spiller I placeringskampe ? | 3 |
| Hvilke bolde spiller vi med ? | 3 |
| Tilmelding, priser og betaling | 4 |
| Hvem kan stille op ? | 4 |
| Jeg har aldrig prøvet det ! | 4 |
| Hvad kan jeg tilmelde mig i ? | 4 |
| Er jeg sikker på at spille med min makker ? | 5 |
| Hvilket niveau har jeg ? | 5 |
| Tilmelding | 6 |
| Priser | 6 |
| Betaling | 6 |
| Afbud, reserver og eftertilmeldinger | 6 |
| Hvad med udstyr – ketsjere, bat og bolde ? | 7 |
| Hjælper I os undervejs ? | 7 |
| Hvordan spiller vi ? | 7 |
| Er der plads til opvarmning ? | 7 |

| | |
|--|----|
| Om turneringen | 7 |
| Vigtige pointer om kampene | 8 |
| Særligt for de enkelte sportsgrene | 8 |
| Fælles for alle 4 | 8 |
| Særlig for squash | 8 |
| Særlig for tennis | 9 |
| Forplejning | 9 |
| Ved fremmødet | 9 |
| Anden vigtig viden | 10 |
| En række kan blive aflyst | 10 |
| Refusion af turneringsgebyret | 10 |
| Ændring af turneringsform og kamplængde | 10 |
| Turneringsprogrammet | 11 |
| Resultater fra turneringen | 11 |
| Præmier | 11 |
| Forsikring m.v. | 11 |
| Anden information for den nysgerrige | 11 |
| Mere information om racketlon og klubber | 11 |
| Om spillestederne | 12 |
| Birkerød | 13 |
| Nørresundby | 14 |
| Farum | 15 |
| Tilmeldingslinks | 16 |

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK 



Generel information om Racketlon Danmark Touren 2019

Hvad er racketlon ?

Racketlon er en ketsjersportens mangekamp. Du kan sammenligne det med f.eks. triatlon eller atletikkens 7- og 10-kamp.

Du spiller bordtennis, badminton, squash og tennis i én og samme kamp mod samme modstander.

Der spilles til 21 i hver sportsgren. Vinder er den, som har flest point i alt.

Sportslige spørgsmål

Hvor mange kampe får jeg ?

Alle spillere får 3 kampe fordelt over dagen. Hver kamp varer gennemsnitligt 45-60 minutter

Er 3 kampe meget på 1 dag ?

En kamp varer som regel mellem 45 og 60 minutter. Den er sjældent kortere, men kan ofte være længere. Der vil typisk være 1-2 timers pause mellem hver enkelt kamp. For de fleste vil 3 kampe derfor opleves som passende.

Spiller I placeringskampe ?

Ja, det gør vi. Vi spiller placeringskampe for ALLE.

Du får 3 kampe - også selvom du taber den ene eller begge dine første kampe.

Det forventes også, at du faktisk bliver og spiller alle dine 3 kampe, også selvom du har tabt den ene eller måske begge.

Vi lader vindere spille mod vindere og tabere mod tabere, så du får så lige og jævnbyrdige kampe som muligt i løbet af dagen.

Hvilke bolde spiller vi med ?

Vi spiller med bolde af bedste kvalitet og holdbarhed leveret af vores samarbejdspartnere

Fra BTEX: Bordtennisboldene er 3-stjernede. Mærke er pt. ikke fastlagt.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK



Fra RSL Europe: Fjerboldene er RSL Classic.
Fra Squashlife: Squashbolde er Dunlop
Tennisbolde er ProKennex.

Tilmelding, priser og betaling

Hvem kan stille op ?

Alle kan stille op !

Der er ikke krav om, at du skal være medlem af en racketlonforening, eller en forening som tilbyder bordtennis, badminton, squash eller tennis.

Jeg har aldrig prøvet det !

Så skal du bare tilmelde dig. Der er en række for alle.

Hvis du plejer at spille med en ven/veninde, så kan I vælge at stille op i single, eller spille en double sammen.

Hvad kan jeg tilmelde mig i ?

Single, double eller mixdouble. Der er rækker for både damer og herrer.

Der udbydes Senior A, B og C-række, samt Veteran-rækkerne 40+, 50+ og 60+, samt ungdomsrækken U21.

Du kan KUN tilmelde dig i én række. Ingen spiller kan deltage i mere end én række

En dygtig veteranspiller (40+, 50+, 60+) eller ungdomsspiller kan stille op i den relevante herre- eller damerække (Senior A, B eller C-række). Men man kan stadig kun være med i én række, så det er f.eks. ikke tilladt at stille op i både en senior og en veteranrække.

En dame kan stille op i en af herresinglerækkerne.

2 damer kan stille op sammen i en herredoublerække.

En dame og en herre kan stille op sammen i en herredoublerække.

Med andre ord: En damedouble eller et mixdoublepar kan stille op i en af herredoublerækkerne.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK



Er jeg sikker på at spille med min makker ?

Ja, et tilmeldt doublepar vil ikke blive ændret (splittet op). Er der behov for ændringer kontakter vi jer først.

Hvilket niveau har jeg ?

Vi beder om, at du bedst muligt tilmelder dig svarende til dit sportslige niveau. Det giver den sportsligt mest fair og sjoveste turnering.

Du kan finde lidt vejledende hjælp her:

| Række/Niveau | | |
|----------------|--|--|
| A-række | Den bedste række - føler du, at du er blandt de bedste - er du med i danmarksturneringen i din primære sport, og er rimelig god til et par af de andre 3. | |
| B-række | For spillere, som generelt er i fin form og er stærke i én eller måske to af de 4 ketsjersportsgrene. | De bedre 40+ og bedste 50+- spillere <u>kan være</u> med her |
| C-række | For spillere, som ikke har spillet på højt niveau i en af de 4 ketsjersportsgrene ELLER som er rimelig god i én af sportsgrene, men ikke er så god i de 3 andre. | Du er måske bare god til al sport. Du har måske dyrket ketsjersport før som motionist |

Er du ungdomsspiller eller veteranspiller kan du vælge om du vil være med i en af ungdoms- eller veteranrækkerne, eller spille i én af Seniorrækkerne.

Er du i tvivl, så kan det være en god ide at tilmelde dig i double med din makker. Så kan I støtte og supplere hinandens stærke og svage sider i de enkelte sportsgrene. Eller skriv et par ord til racketlon@outlook.dk for en vurdering.

Husk, at I racketlon kan en spillers niveau være meget forskellige i de 4 sportsgrene. Så det handler om at tilmelde sig efter sit "gennemsnitlige" niveau.

Turneringsledelsen kan flytte spillere fra en række til en anden ved oplagt forkert valg af niveau.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK 



Tilmelding

Al tilmelding SKAL ske via DGIs tilmeldingssystem. Det er IKKE nok at have trykket "Deltager" på Facebook.

Der er ét separat link til hver 1-dags-turnering. De står på bagsiden af dette hæfte.

Husk, at ved tilmelding i double skal I begge tilmelde jer og skrive jeres makkers navn.

Priser

Alle 1-dagsturneringer koster det samme – uanset hvor der spilles:

Singler kr. 250 pr. person

Doubler kr. 300 (dvs. 150 kr. pr. person).

Betaling

Du skal betale samtidig med din tilmelding.

Du kan indtil tilmeldingsdeadline afmelde dig samme sted, som du har tilmeldt dig. Du får i så fald turneringsgebyret tilbage, dog fratrukket betalingsgebyrer.

Handelsbetingelserne som anført af DGI ved betalingen er gældende.

Afbud, reserver og eftertilmeldinger

Ved afbud kan en spiller erstattes af en anden spiller af cirka samme styrke. Med andre ord kan en reserve sættes ind.

Ved afbud på dagen – uden at spilleren erstattes af en reserve - vil turneringsledelsen så vidt muligt justere lidt på rækkerne eller turneringsformen sådan, at alle får de lovede 3 kampe, trods afbuddet.

Ved afbud kan der eventuelt indsætte ekstrakampe for at sikre de 3 kampe.

Efter programmet er udarbejdet er tilmeldinger kun muligt, hvis der er enkelte ledige pladser for at få en række fyldt op (eftertilmeldingspladser laves i programmet).

Alle betalinger efter tilmeldingsfristen skal ske direkte til Racketlon Danmarks MobilePay nr. 49848 (5-cifret nummer).

RSL

BTEX
BORTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK



Hvad med udstyr – ketsjere, bat og bolde ?

Du kan låne bats og ketsjere til alle 4 sportsgrene.

Forbruget af bolde indgår i turneringsgebyret.

Bolde udleveres fra turneringsledelsen ved turneringens start. Bordtennis-, squash- og tennisbolde skal blive på banerne efter kampen.

Fjerboldene udleveres af vores hjælper i badmintonhallen.

Hjælper I os undervejs ?

Ved hvert enkelt spillested vil der være en "assistent". Så kender du ikke helt racketlon-reglerne eller reglerne i de enkelte sportsgrene, så kan I få lidt hjælp.

Hvordan spiller vi ?

De fleste rækker opdeles med

ENTEN 8 singlespillere eller 8 doublepar. Der spilles så cup-systemet med placeringskampe. Alle får 3 derved kampe.

ELLER det kan være puljer med 4 singlespillere eller doublepar, hvor alle spiller mod alle. Alle får derved 3 kampe.

ELLER der spilles i 2 puljer á 3 singlespillere eller doublepar. Derefter spilles placeringskampe – nr. 1 mod nr. 1, 2 mod 2 og 3 mod 3. Alle får derved 3 kampe.

Er der plads til opvarmning ?

Så vidt muligt vil der være opvarmningsborde og -baner til hver sportsgren.

Vi håber dermed, at vores regel om højst 3 minutters opvarmning pr. bane kan overholdes, når kampene er i gang.

Om turneringen

Målet er også at sikre så sportsligt lige og spændende kampe som muligt. Som udgangspunkt laves tilfældig lodtrækning i alle rækker. Turneringsledelsen kan dog lave seedninger, når vi kender spillerne. Ligeledes kan der også laves manuel placering af spillerne.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK 



Turneringsledelsen kan flytte spillere til en anden række, hvis der er oplagte grunde til dette. Spillere vil så vidt muligt blive kontaktet inden de flyttes.

Turneringen danner ikke grundlag for officielle ranglister.

Hver enkelt 1-dags-turnering er selvstændige turneringer. Der er ikke en samlet præmie eller andet for at deltage i flere eller alle turneringerne.

Som turneringsprogram anvendes det anerkendte Tournament Software (se www.tournamentsoftware.com).

Vigtige pointer om kampene

Der spilles til 21 point i hver eneste af alle de 4 discipliner i kampen, dog spilles i hver enkelt sportsgren indtil én af spillerne har vundet med mindst 2 point (f.eks. 25-23).

Der er formelt 3 minutters skiftpause og 3 minutters opvarmningstid mellem hver kamp. Ved et par af turneringerne er der dog et par hundrede meter at gå mellem spillestederne, så der bliver skiftetiden mellem sportsgrene naturligtvis lidt længere.

Særligt for de enkelte sportsgrene

Fælles for alle 4

Man har to server ad gange, hvorefter server skifter til modstanderen.

Uanset stillingen i kampen skal din ene serv altid serves fra højre side, og den anden fra venstre side. Det gælder i badminton, squash og tennis. I bordtennis følges normale bordtennisregler.

Særlig for squash

For bedste sportslige afvikling tillades spillerne i squash at spille med andre bolde end "dobbelt gul-prik" (den normale turneringsbold). Er spillerne enige om andet, så spilles der med spillernes valg.

Turneringsledelsen kan udlevere bolde med "enkelt gul-prik, "blå prik" og "rød prik".

I double i squash spiller man ikke 4 spillere på banen samtidig: Først spiller den ene fra hvert doublepar til 11, hvorefter de to andre overtager stillingen og spiller færdig til 21 point.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK 



Særlig for tennis

Der tælles 1- point ad gangen (1,2,3 osv.) ligesom i de andre sportsgrene. Og altså ikke 15, 30, 40 osv.

Tennis spilles indendørs, dog spilles udendørs, hvis dette er muligt (forudsætter godt vejr, at banerne er åbne osv.)

Forplejning

På de enkelte spillesteder vil der være mulighed for at købe mad og drikke i samarbejde med de lokale klubber og spillesteder.

Ved fremmødet

Når du kommer til spillestedet, bedes du henvende dig til turneringsledelsen.

I bedes være spilleklar 10 minutter før jeres kampe ved turneringsbordet.

Inden kampen skal starte får du og modstanderen udleveret jeres kampseddel ved turneringsbordet. I tager kampsedlen med til hver enkelt sportsgren og udfylder den selv efter hver sportsgren. Se eksempler på 2 kampsedler her:

| RSL | | | | DM i Racketlon 2018 | | | | TAURUS racketlon danmarkstour | | | |
|--------------|-----|------------|-----|---------------------|-----|------------|-----|----------------------------------|--|--|--|
| BTEX | | | | SQUASHLIFE.DK | | | | | | | |
| Player 1 | | | | | | | | Court | | | |
| Player 2 | | | | | | | | Category | | | |
| Table tennis | | Badminton | | Squash | | Tennis | | | | | |
| Serving | | Serving | | Serving | | Serving | | | | | |
| P 1 | P 2 | P 1 | P 2 | P 1 | P 2 | P 1 | P 2 | | | | |
| Set scores | | Set scores | | Set scores | | Set scores | | | | | |
| 25 | 23 | 21 | 19 | 18 | 21 | 21 | 19 | | | | |
| TT diff | | BAD diff | | SQ diff | | TEN diff | | | | | |
| +2 | | +2 | | -3 | | +2 | | | | | |
| | | Match diff | | Match diff | | Final diff | | | | | |
| | | +4 | | +1 | | +3 | | | | | |

Kampseddel fra særdeles lige mixdouble-kamp.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK



| RSL | | | | TALURUS | | | |
|----------------------------|-----|---------------------|-----|------------|-----|---------------|-----|
| BTEX | | DM i Racketlon 2018 | | | | SQUASHLIFE.DK | |
| Player 1 MADS B. + MADS W. | | | | Court | | | |
| Player 2 GORM + RENE | | | | Category | | | |
| Table tennis | | Badminton | | Squash | | Tennis | |
| Serving | | Serving | | Serving | | Serving | |
| P 1 | P 2 | P 1 | P 2 | P 1 | P 2 | P 1 | P 2 |
| Set scores | | Set scores | | Set scores | | Set scores | |
| 21 | 17 | 21 | 15 | 16 | 21 | 15 | 8 |
| TT diff | | BAD diff | | SQ diff | | TEN diff | |
| +4 | | +8 | | -5 | | +7 | |
| | | Match diff | | Match diff | | Final diff | |
| | | +12 | | +7 | | +14 | |

Kampseddel fra herredoublekamp, hvor det ene par ikke kan indhentes, da de når 15 point i tennis.

Anden vigtig viden

En række kan blive aflyst

Ved for lille deltagelse i en række kan den blive aflyst. Hvis vi finder det sportsligt forsvarligt at flytte spilleren/parret til en anden række gøres dette.

Refusion af turneringsgebyret

Afbud efter tilmeldingsfristen giver ikke ret til at få penge tilbage - uanset årsagen.

Turneringsgebyret tilbagebetales dog ved aflysning af en række.

Turneringsgebyret tilbagebetales IKKE ved afmelding eller afbud efter tilmeldingsdeadline - uanset årsag.

Ændring af turneringsform og kamplængde

I særlige tilfælde kan turneringsledelsen vælge at reducere den forventede kamplængde ved at spille til f.eks. 15 point.

Ved særlig "uheldig" fordeling af tilmeldinger, kan vi også ændre i turneringsformen for en række. Det vil ske på en sportslig fair måde – og for at alle kan få 3 kampe i dagens løb.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK



Turneringsprogrammet

Turneringsprogrammet vil være tilgængeligt online cirka 1 uge før.

Du vil få tilsendt link til programmet på den email, som du skriver på ved tilmeldingen.

Da du forventes at spille 3 kampe, vil din første kamp starte i tidsrummet mellem kl. 0900 og kl.12.00.

Både den første, anden og tredje kamp i hver enkelt række sættes i gang omtrent samtidigt, så alle spillere i en række starter og slutter dagens kampe omtrent samtidigt.

Resultater fra turneringen

Turneringsledelsen vil on-line - med regelmæssige mellemrum - publicere resultaterne for de spillede kampe. Der vil ikke være live-score eller lignende.

Præmier

Der vil som udgangspunkt ikke være præmier. Årsagen er, at Racketlon Danmark har prioriteret så lav deltagerpris som muligt og at kunne levere service til alle i form af mad og drikke.

Forsikring m.v.

Turneringsarrangørerne gør eksplicit opmærksom på, at deltagelsen i turneringen foregår helt på deltagerens egen regning og risiko.

Anden information for den nysgerrige

Hver turnering har plads til ca. 70 - 100 deltagere. Det afhænger af fordelingen mellem singler eller doubler.

Der spilles så vidt muligt i 3 spor, dvs. vi har minimum 3 borde og baner til hver disciplin.

En del racketlonkampe afgøres "før tid". Det sker typisk på tennisbanen. Tenniskampe tager typisk længst tid, men da en del kampe stopper "tidligt" fungerer det alligevel.

Racketlon Danmark Tour 2019 med 1-dags-turneringer er første gang nogensinde i Danmark. Husk det arrangeres af frivillige kræfter. Vi håber, at I tager godt imod tilbuddet.

Mere information om racketlon og klubber

Find os og vore klubber på www.racketlon.dk.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK 



Det kan være en god ide at være med på et par træninger inden turneringen, så kontakt én af klubberne. Du er meget velkommen.

[Om spillestederne](#)

På de følgende sider kan du læse lidt om spillestederne i Birkerød, Nørresundby og Farum.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK 



Birkerød

I Birkerød spilles på det glimrende ketsjersportsanlæg på Topstykket.



Badmintonhallen forrest med squash- og tennishallerne bagerst

Anlægget består af badmintonhal med 2 x 4 badmintonbaner, hvor vi spiller bordtennis i den ene hal og badminton i den anden hal. I bygningen lige ved siden af ligger under samme tag 4 squashbaner med internationale mål og 4 tennisbaner.

Rundt om hallerne ligger i øvrigt 14 udendørs tennisbaner.

Caféen vil være i Squash- og Tenniscentret.

Turneringsledelsen – stævnecentrum – vil være ved caféen i Squash- og Tenniscentret.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK



Nørresundby

I Nørresundby spilles i Nørresundby Idrætscenters Hal 1 og i Squash- og Tenniscentret.



Til venstre Squash- og Tenniscentret og øverst til højre Hal 1 og 2.

Bordtennis og badminton spilles i Hal 1 med 6 badmintonbaner, hvor 4 bordtennisborde sættes op på 2 af banerne.

I bygningen lige ved siden af ligger de 4 squashbaner og 2 tennisbaner under samme tag.

Caféen vil være i Idrætscentret. Turneringsledelsen – stævnecentrum – vil være i Squash- og Tenniscentret.

I Nørresundby er der "kun" 2 indendørs tennisbaner til rådighed. Der vil undtagelsesvist kunne opstå lidt kø ved tennisbanerne.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

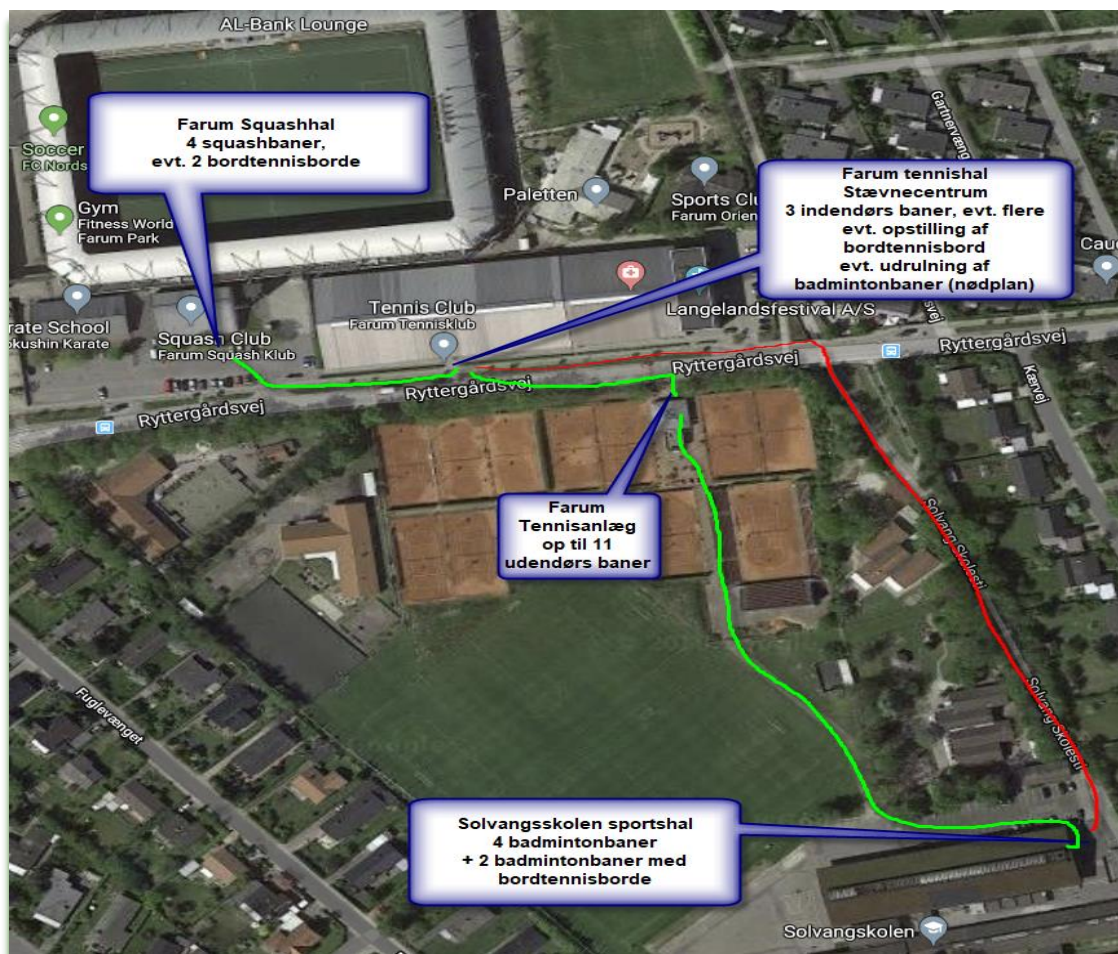
DGI

SQUASHLIFE.DK 



Farum

I Farum spilles på idrætsanlægget i Farum Vest:



En del af Farums idrætsanlæg, hvor også svømmehaller og fodboldstadion ligger

Bordtennis og badminton spilles i Solvangsskolens multisportshal på 4 borde og 3 badmintonbaner. I squashhallen er 4 lækre squashbaner og i tennishallen 6 glimrende tennisbaner. Rundt om hallerne ligger de 11 udendørs tennisbaner.

Turneringsledelsen – stævnecentrum – vil være i Tennishallen. Hvis vejret tillader udendørs tennis, rykkes det til tennisklubhuset ved de udendørs baner. Cafés placering er ikke bestemt pt.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK



Tilmeldingslinks

TILMELDING:

Birkerød søndag den 17. marts: <https://www.dgi.dk/201918804080>

Nørresundby søndag den 31. marts: <https://www.dgi.dk/201901104500>

Farum søndag den 12. maj: <https://www.dgi.dk/201918804081>

Alle steder forventes start kl. 09.00.

Turneringerne er åbne for alle – der forudsættes ikke medlemskab af klubber.

SPØRGSMÅL:

Kontakt Racketlon Danmark via racketlon@outlook.dk

ØNSKER DU AT PRØVE RACKETLON:

Find din lokale forening på www.racketlon.dk.

Derudover findes lokale racketlon-miljøer andre steder i landet. Kontakt forbundet, som gerne skaber kontakten.

RSL

BTEX
BORDTENNISEKSPERTERNE

DGI

SQUASHLIFE.DK 