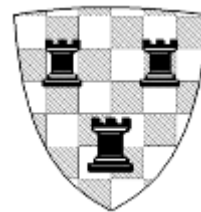


Træningsdag 2017



Lørdag den 30. september 2017 afholder Allerød Skakklub for anden gang en hel dag med skaktræning - vi planlægger en dag med en kombination af teori og praksis. I løbet af dagen vil der være fælles oplæg om skak og træningsmetoder samt niveauinddelte sessioner, hvor du kan komme mere i dybden. Klubbens træner GM Carsten Høi er blandt oplægsholderne.

Sidste år var interessen for træningsdagen stor, og vi glæder os til at følge op på succesen! Træningsdagen er for klubbens A- og B-medlemmer samt deltagere i begyndertræningen, uanset spillestyrke. Det koster 100 kr. at deltage i selve dagen, hvilket inkluderer:

- En hel dag med oplæg og workshops om skak og træningsmetoder
- Frokost
- Eftermiddagskaffe og kage
- Fri kaffe, te og isvand hele dagen

Det er muligt at købe øl og vand. Efter træningsdagen har du mulighed for at deltage i en hyggelig fælles aftensmad (kinesisk), som vi får bragt udefra. Prisen for middagen er 100 kr.

[Tilmelding sker her](#) – bemærk tilmeldingsfrist 24. september.

Program for dagen

10.00 Velkomst og orientering om dagens program

10.15 Opgaveløsning 1: Flash tactics

Løsning af enkle kombinationsopgaver i plenum.

11.00 Partigennemgang med Høi. Tre partier a 20 min. Fortrinsvis for ikke-førsteholdspillere.

Kun de kritiske stillinger behandles. Partierne skal indleveres i pgn format inden.

12.30 Frokost og frikvarter. Brød og pålæg a la Møllegården.

De, der hellere vil købe en sandwich i nærheden, gør det. Der vil være mulighed for at spille petanque eller gå en tur i skoven.

13.30 Opgaveløsning 2: Opgaveløsning i grupper (Holdkonkurrence)

Vi deler nogle hold og løser sammen nogle lidt sværere opgaver.

14.30 Foredrag af Høi om at finde de kritiske træk.

Høi udfordrer tilhørerne til at finde mestertrækkene.

15.30 Kaffepause

15.45 Høi træner førsteholdet. Andre hold spiller temalyn.

Et kvarters intro til åbning fulgt af runde 1-4 med 5-5 lyn.

16.45 Kaffepause

17.00 Høi træner førsteholdet. Andre hold fortsætter med temalyn.

Et kvarters intro til åbning fulgt af runde 5-8.

18.00 Aftensmad fra "Kineseren"

19.00 Lynskak! Vi laver nogle tomandshold og spiller makkerlyn.