

# Smash-lejr 2010

Igen i år var jeg på Smash-lejr, sidste år var jeg af sted i 3 dage i Holbæk - i år skulle jeg til Bornholm i en hel uge.

Smash-lejr arrangeres af 2 gutter, som hedder Jens og Anders. De ejer noget som hedder Smash-shop.dk - som er en internet-butik og de har begge 2 rigtig stor erfaring med badminton, både som spillere og som trænere.

Jeg skulle af sted søndag den 18. juli kl. 06.30 med bussen fra Københavns Hovedbanegård. Jeg synes godt nok, at det var tidligt - men samtidig så glædede jeg mig også helt vildt til at komme af sted. Hjemturen var med den langsomme færge fra Bornholm til Køge, hvor vi ankom søndag den 25. juli kl. 06.30.

Sidste år kendte jeg slet ikke nogen, da jeg skulle af sted, men i år skulle jeg sammen med Bertil fra vores egen klub samt nogen som hedder Joakim og Jonas fra Herlufsholm.

Ligesom sidste år, så var det IKKE ferie at være på smash-lejr. Det er super hårdt, træning fra tidlig morgen til sen aften - selvfølgelig afbrudt af spisepauser og små pauser. Men jeg ville ikke bytte det væk for noget i hele verden! Man møder en masse fantastiske trænere og nye kammerater fra hele Danmark, man får masser af intensiv fysisk træning, man får masser af øvelser med bold - slagtræning og nok det allervigtigste så får man en masse fede oplevelser!!!

Jeg kan kun opfordre jer alle sammen til at tage af sted - det er hårdt, men absolut det fedeste jeg ved. Jeg skal helt klart af sted til næste år igen.

Lucas Kristensen