



TRAININGSTAG

Datum: 20.06.2026
Startzeit: 10:00 Uhr

Ort: Mittelschulhalle
Off. Endzeit: 18:00 Uhr

Vormittag (alle)

10:00 bis 12:00 Uhr

Begrüßung / Vortrag

Warm-up

Refresher: Laufwege und -schritte



MITTAGSPAUSE



Nachmittag A-Gruppe

13:00 bis 17:00 Uhr

Aufschlag / Aufschlagannahme

Abwehr und -positionierung (Einzel)

Notschläge und Neutralisationsschläge (Einzel)

Nachmittag B-Gruppe

13:00 bis 17:00 Uhr

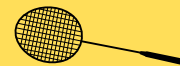
Aufschlag / Aufschlagannahme

Mythos Zentralposition

Schneiden



FREIES SPIEL



Hier anmelden

SONSTIGES

- Ihr müsst nicht den ganzen Tag teilnehmen. Gebt einfach in der Anmeldeliste an, ob ihr am Nachmittag oder Vormittag kommt.
- **Mittagspause: Bitte bringt euch selbst etwas zu essen mit**

