

Sportferienspiele 2009

Wie bereits seit 14 Jahren führen wir im Rahmen der Sportferienspiele im Sommer einen **Badminton-Intensiv-Kurs** durch.

Der Kurs ist für **alle** Badminton Interessierte gedacht
vom Anfänger bis zum Profi
von 6 Jahre bis ins hohe Erwachsenenalter
Mädchen und Jungen, Frauen und Männer

In der Woche lernen wir neben viel Spiel und Spaß:
Grundlagen im Sport
richtiges Aufwärmen
Faktoren beim Sport: Gesundheit, Kondition, Technik, Taktik, Psyche

Einführung in Badminton
Regeln
Grundtechniken der Schläge
Lauftechniken
Anwendung von Techniken

Zeiten: In der 4.Ferienwoche, d.h. vom 27.07. bis 31.07.

	von	bis	von	bis
Montag	9:00	11:00	14:00	17:00
Dienstag	9:00	11:00	14:00	17:00
Mittwoch	9:00	11:00	14:00	17:00
Donnerstag	9:00	11:00	14:00	17:00
Freitag	9:00	11:00	14:00	17:00

Eine Teilnahme an allen Terminen ist nicht verpflichtend.

Ort:

Sporthalle des kaufm. Berufsschule Heidkamp, Feldstr., 51469 Bergisch Gladbach

Ausrüstung:

Hallenschuhe mit heller Sohle
Badmintonschläger können geliehen werden (bei der Anmeldung angeben)
Federbälle werden bereit gestellt

Kosten:

Kinder bis 10 Jahren	15,-€/Woche
Schüler	20,-€/Woche
Erwachsene	25,-€/Woche
Familien	35,-€/Woche

Trainer und Anmeldung:

Uwe Harsdorff (A-Trainer-Lizenz des DSB bzw. DBV)
Fauthstr.95
51465 Bergisch Gladbach
02202/243860 oder 0171/2818117
oder post@bv04.net

Teilnehmerliste

Nr.	Name	Vorname	Alter
1	Harsdorff	Uwe (Trainer)	42
2	Jühlke	Kevin	14
3	Jühlke	Dennis	10
4	Honnef	Roswitha	43
5	Honnef-Beckmann	Jasper	12
6	Honnef-Beckmann	Elias	9
7	Geuenich	Markus	42
8	Geuenich	Justine	9
9	Geuenich	Lambert	12
10	Gladbach	Petra	44
11	Gladbach	Sandra	13
12	Gladbach	Nina	11
13	Thurat	Bernd	40
14	Körner	Julius	10
15	Standke	Isabel	12
16	Seehafer	Ingo	24
17	Korff	Oliver	13
18	Paulat	Gerit	15
19	Erkens	Julia	8
20	Weigel	Christian	26
21	Hardekopf	Laszlo	14
22	Tendick	Denise	19
23	Wehlitz	Jasper	12
24	Steiner	Moritz	9
25	Janser	Sascha	17
26	Hoffschmidt	Paul	15
27	Klose	Rainer	42
28	van Mierlo	Alvin	10
29	van Mierlo	Vince	8