

Einladung zur Breitensport-Schulung

Sonntag, den 19. Juli 2026

Datum und Uhrzeit

Datum: Sonntag, den 19. Juli 2026
Beginn: 10:00 Uhr, vsl. 5 Stunden

Alle Teilnehmer müssen spätestens 09:45 Uhr umgezogen in der Sporthalle erscheinen. Sportkleidung und -Schuhe ausreichend; Getränke und Essen für zwischendurch sind mitzubringen.

Ort

Gebäude: Turnhalle Otto-Hahn-Gymnasium
Straße: Danzinger Str. 10
über Herrenbergstr. / Breslauerstr.
PLZ / Ort: D – 71034 Böblingen

Max. Anzahl

Max. Anzahl an Teilnehmer: offen

Trainingsinhalte

Nach einem gemeinsamen Aufwärmen wird die Schulung in zwei Blöcke aufgeteilt. Vormittags liegt der Schwerpunkt auf dem Grundlagentraining / Schwerpunkt Taktschulung und Grundschrift.

Nach der gemeinsamen Mittagspause sowie einem kurzen Aufwärmen liegt der Fokus auf Grundlagen der Sport-Akro / Stabilisierungsübungen sowie einem Zirkeltraining (ausgelegt auf Kondition oder Kraft).

Die Schulung richtet sich an Breitensportpaare. In Abhängigkeit der Anmeldungen und der Teilnehmer werden die Stationen unter Umständen kurzfristig angepasst. Weitere Inhalte/ Informationen werden ggf. kurzfristig den Teilnehmern oder ggf. den Trainern/ Vereinen mitgeteilt.

Der Workshop endet mit einem gemeinsamen Cool Down.

Trainer

Werden noch bekannt gegeben. In Abhängigkeit der Trainer kann es zu geringfügigen Anpassungen der Trainingsinhalte kommen.

Anmeldung und Kosten

Anmeldung per E-Mail an Uli Rüdt (breitensport@bwrrv.de) unter Angabe von Namen sowie Verein.

Anmeldefrist: 05.07.2026

Kosten pro Teilnehmer: 15,- €

Bezahlung vorab per Überweisung auf das Konto des BWRRV (IBAN: DE16 6115 0020 0101 4006 40, BIC: ESSLDE66XXX, Kreissparkasse Esslingen) unter Verwendungszweck "Schulung Böblingen 2026" und Vereinsname.