



Erlernen der Grundtechniken und -regeln des kontaktlosen Ballsports mit Hockeyschläger.
Training unter Anleitung und freie Vertiefung - mit viel Spaß & Tempo.
Geeignet für Anfänger*innen und Fortgeschrittene.

Semester: Wintersemester 2022/23

Zielgruppe: Anfänger*innen, Fortgeschrittene

Termin: ab 3. Oktober 2022 – 30. Jänner 2023 jeden Montag

Uhrzeit: 19:30 – 21:00

Location: Wiener Athletiksport Club, Rustenschacherallee 9, 1020 Wien
(Platz im hinteren Bereich der Anlage)

Achtung:

Auf Grund der Coronalage und mangels geeigneter Sporthallen findet der Kurs über die gesamte Dauer draußen statt.

AUSRÜSTUNG:

Selbst mitzubringen sind Sportschuhe (idealer Weise mit Noppen. KEINE STOLLEN) und dem Wetter entsprechende Sportkleidung.

Schläger und Bälle werden vom Übungsleiter bereitgestellt.

Weitere Zusatzschutzausrüstung wie Schienbeinschoner und Zahnschutz oder eigene Ausrüstung können über den Übungsleiter erworben werden.

KURSLEITER:

Paul Kupka

Aktiver Spieler & Trainer bei WAC Team Red

über 10 Jahre Erfahrung als Übungsleiter im Bereich Hockey-Breitensport

KURSIHALT:

Gemeinsames Aufwärmen & Einspielen, Ausrüstungskunde, Erklärung der Spieltechnik, Torschussübungen, Taktikeinführung, Spielen in Kleingruppen, Spiel auf das Kleinfeld.

Feldhockey fördert Fertigkeiten wie Koordination, Geschicklichkeit, Kondition, Kraft, Teamfähigkeit

NEUE TEILNEHMER SIND HERZLICH WILLKOMMEN!

Erfahrene Hockeyspieler bitte unter paul.kupka@stud.fh-campuswien.ac.at melden!

Nähere Infos gibt es in der ersten Einheit.

