



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.

Zielgruppe: **Kurs 1882:** Anfänger*innen
Kurs 1883: Anfänger*innen und Fortgeschrittene
Termin: **Kurs 1882:** Mittwoch 15:30 – 17:00
Kurs 1883: Mittwoch 17:00 – 18:30
Ort: USI Wien (Auf der Schmelz 6 –Außenbereich Hartplatz)

Achtung:

Der Kurs findet bei jeder Wetterlage im Freien statt: Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Ausrüstung ;) Gespielt wird auf einem Tartanbelag, weshalb das Regelwerk geringfügig angepasst wird: Zur eigenen Sicherheit (und der aller anderen außerhalb der Sportanlage) sind Bälle ausnahmslos lediglich bis zur Kniehöhe erlaubt. Schläge sind auf diesem Untergrund ausnahmslos verboten, alle anderen Techniken sind hiervon nicht betroffen. Gespielt wird auf Tore ohne Torhüter*innen.

AUSRÜSTUNG:

Selbst mitzubringen sind Sportschuhe und dem Wetter entsprechende Sportbekleidung.
Schläger und Bälle werden von der Kursleitung bereitgestellt.
Weitere Zusatzschutzausrüstung wie Schienbeinschoner und Zahnschutz oder eigene Ausrüstung können über die Kursleitung erworben werden.

KURSIHALT:

Gemeinsames Aufwärmen & Einspielen, Ausrüstungskunde, Erklärung der Spieltechnik, Torschussübungen, Taktikeinführung, Spielen in Kleingruppen.
Feldhockey fördert Fertigkeiten wie Koordination, Geschicklichkeit, Kondition, Kraft und Teamfähigkeit.

Erfahrene Hockeyspieler*innen bitte unbedingt unter alex.wimmer@univie.ac.at melden! Nähere Infos gibt es in der ersten Einheit.