SPORTJUGEND
HESSEN
im Landessportbund Hessen e.V.

Otto-Fleck-Schneise 4
60528 Frankfurt am Main
0 69.67 89 269
Fax: 0 69.69 59 01 75
Sheuser@sportjugend-hessen.de
www.sportjugend-hessen.de

Ran an die Platten - Tischtennisangebote in der Schule

Datum	**Sonntag, den 14.06.2015**
Ort:	**Sportschule des lsb h, Frankfurt**
Referenten/innen:	**Johannes Herrmann**

Programmablauf (Theorie und Praxis)

10.00 – 10.15	Begrüßung, Zielvorstellung der Ausbildung
10.15 – 10.30	Einführung Allgemeine Grundsätze im Schultischtennis
10.30 – 11.30	Warming Up: Kleine Spiele mit Ball und Schläger
11.30 – 11.45	Tischtennis: Spiel mit! Eine Initiative des DTTB und seiner Landesverbände
11.45 – 12.15	Kleine Regel- und Materialkunde und mögliche Regeländerungen im Schulsport
12.15 – 13.00	Mittagspause
13.00 – 14.00	Technik-Basics im Tischtennis Vorhand- und Rückhand-Spiel, zentrale Schlagtechniken
14.00 – 14.30	Balleimertraining / Many Balls Training als wichtige Übungs- und Trainingsform
14:30 – 14:45	Pause
14.45 – 15.30	Rundlaufspiele im Tischtennis
15.30 – 16.30	Wettkampfformen im Tischtennis
16.30 – 17.00	Zusammenfassung, Diskussion und Ausgabe der Teilnahmebescheinigungen

Bitte bringen Sie für das Seminar Sportkleidung und Hallenschuhe sowie Schreibmaterial mit (ggf. auch Ihren Tischtennisschläger).

Sollte der Teilnehmerbeitrag noch nicht überwiesen sein, so bitten wir um umgehende Erledigung auf unser unten stehendes Konto mit dem Vermerk: **15J23 + Ihrem Namen.**

Anbei finden Sie eine Wegbeschreibung zur Landessportschule, Parkmöglichkeiten gibt es im eigenen Parkhaus (€ 0,80 pro Stunde).

Wir wünschen Ihnen einen spannenden Seminarverlauf.