

# ASV Adelheidsdorf

von 1969 e.V.

...denn Sport verbindet!

## NEU: Volleyball Freizeit Gruppe



- Handball
- Tischtennis
- Gymnastik
- RückenFit
- Zirkeltraining
- Indiac
- CardioMix
- Faustball
- Kinderturnen
- Volleyball



Spass, Freude und gemeinsame Bewegung! Unter diesem Motto ist seit Januar 2018 unsere **Volleyball-Freizeit Gruppe** aktiv. Wir möchten insbesondere berufstätigen Personen die Möglichkeit der sportlichen Betätigung am Wochenende geben. Unter Leitung von Robert Arens und Alexander Range wird jeweils samstags in der Mehrzweckhalle in Adelheidsdorf (im 14-tägigen Turnus) trainiert.

Gespielt wird nach den Regeln des DVV. Zu jeder Trainingseinheit gehört neben dem eigentlichen Volleyballspiel auch ein entsprechendes Aufwärmprogramm. Die sportliche Freizeitaktivität steht für diese Gruppe klar im Vordergrund. Aus diesem Grund ist bis auf weiteres auch keine Teilnahme am offiziellen Punktspielbetrieb geplant.

Unsere **Volleyball-Freizeit-Gruppe** befindet sich im Aufbau. Gut ein Dutzend Mitspieler konnten bereits gewonnen werden. Alle interessierten Damen & Herren sind eingeladen unsere Volleyball Gruppe kennenzulernen. Schnuppertraining kostenfrei!

Die Trainingseinheiten werden in Abhängigkeit von Tischtennispunktspielen & Veranstaltungen in der Mehrzweckhalle in Adelheidsdorf durchgeführt.



- Wann :** samstags,(14-tägig) 14:00-16:00 Uhr,  
genaue Trainingstermine nach Absprache
- Wo:** Mehrzweckhalle Adelheidsdorf
- Wer:** Damen & Herren ab 18 Jahren
- Kontakt:** Robert Arens  
robert.arenas@asv-adelheidsdorf.de  
Mobil : 0176-21252942

ASV Geschäftsstelle

Tel. 05141-9312215

info@asv-adelheidsdorf.de

[www.asv-adelheidsdorf.de](http://www.asv-adelheidsdorf.de)