

1. Badminton Workshop 2023

mit Video-Delay-Analyse



Liebe Badmintonfreunde,

ich biete ein Workshop mit Video-Delay-Analyse an und lade Euch herzlich dazu ein.

Termin: 01.07.2023, Samstag (10-18 Uhr)

Ort: Bosestraße 21, 12103 Berlin (Tempelhof)

Kosten: 80 € pro Tag
Darin enthalten sind Trainerkosten, Videoanalyse, Bälle und die Nutzung der Sporthalle.

Schwerpunkte:

Samstag, 01.07.2023

Vorderfeld Unterhandschläge + Video-Delay-Analyse

(Unterhand-Schläge: Grifftechnik, Gegen die Hand, Täuschen, Ansatzlosigkeit, Gute Treffpunkte - Bewegungsabläufe analysieren und verbessern)

Trainingsablauf (Samstag):

- | | |
|----------------------|-------------------|
| 1. Trainingseinheit: | 10:00 – 13:00 Uhr |
| Mittagspause: | 13:00 – 14:00 Uhr |
| 2. Trainingseinheit: | 14:00 – 17:00 Uhr |
| Spielen | 17:00 – 18:00 Uhr |

Mittagspause (60min): Selbstverpflegung (Trinken und Essen)

Teilnehmerfeld: 12 Personen – Zusage erfolgt nach der Anmeldereihenfolge.

Das Training wird geleitet von Andreas Bernwald (A-Trainer).

Bei offenen Fragen meldet Euch unter den unten angegebenen Kontaktdaten.
Die Anmeldung erfolgt per E-Mail: wuddy@training-badminton.de