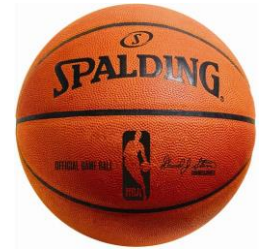


## BZ-KURS BASKETBALL

Was in den TV – Übertragungen der [NBA](#) (Amerikanische Profi-Basketballliga) so spielerisch und spektakulär erscheint, ist für den Anfänger eine schier unüberwindbare Barriere. Basketball ist mehr als nur einen genoppten Lederball in einen Korb zu werfen. Es erfordert komplexe technische Fertigkeiten, exakte Einhaltung der Regelkunde und taktische Disziplin. Und stellt zusätzlich hohe Anforderungen an die körperlichen Leistungsgrundlagen wie Schnelligkeit, Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit.

Die SchülerInnen erlernen in jeder Einheit neue Technikelemente, üben spezielle Spielsituationen und festigen ihre Regelwerkkenntnisse.

„Rebound“, „Lay Up“, „Jump Shot“ sind spätestens dann keine Fremdwörter mehr. Doch bei all dem vielen Üben und Lernen steht eines stets im Vordergrund: Basketball ist ein Spiel! Es soll Spaß machen – und trotzdem körperlich fordern.



### KURSinHALTE

- Erlernen und Verbessern der korrekten Dribbel-, Pass- und Wurftechnik
- Methodischer Aufbau des Korblegers
- Anwendung der wichtigsten Regeln von Basketball
- Einfache Spielsysteme
- Diverse kleine aufbauende Spiele mit dem Basketball
- Streetball
- BB-Spiel über das ganze Feld

### SPORTHALLE

- Bis zu 3 Teilhallen unserer 3-fach Sporthalle mit insgesamt 10 Korbanlagen stehen zur Verfügung. Im Sommer bei Schönwetter alternativ der Sportplatz im Außenbereich mit 6 Korbanlagen.

### GRUPPENGROSSE

- Mind. 18 bis max. 30 SchülerInnen der 1. bis 8. Klassen

### AUSRÜSTUNG

- Hallenschuhe
- Sportbekleidung

### KURSBEGINN

- **Donnerstag, 04.10.2018**

### KURSDAUER

- **20 Einheiten à 90 min.**

### KURSKOSTEN

- **140 Euro**

### KURSZEIT

- **Donnerstag, 15.30 – 17.00**

*Ich freue mich auf Dein Kommen*

**Mag. Jörg Pelzl**

