



### **Aktivabend – Technik Spiel und Spass für Jung und Alt**

Korrespondent: Martina Herzog (MHR)

Am Mittwochabend, dem 17.04.2024, fand in der Turnhalle Lützelburg in Balterswil der erste Aktivabend des Jahres aus dem Ressort Volleyball statt.

Unter der fachkundigen Leitung von Silvia Sieber versammelten sich die motivierten TeilnehmerInnen, um mehr über die Volleyball-Techniken zu lernen.

Die 20 engagierten TeilnehmerInnen begannen den Abend mit einer Reihe individueller Aufwärmübungen, um sich optimal auf die kommenden Praxisumsetzungen vorzubereiten.

Nach dem Warmlaufen lauschten sie gespannt den Erklärungen und wertvollen Inputs, welche ihnen übermittelt worden sind, um diese sogleich in die Tat umzusetzen.

Es wurden nicht nur die grundlegenden Techniken wie Schlagen, Pass oder Manchette besprochen, sondern es wurde auch auf die individuellen Bewegungen des Spielers eingegangen. Die TeilnehmerInnen erhielten somit nicht nur eine theoretische Einführung, sondern konnten auch praktische Tipps und Anleitungen für ihr Spiel mitnehmen.

Silvia Sieber hat bisher ausschließlich positive Erfahrungen mit den Aktivabenden gemacht und möchte besonders auf den bevorstehenden Juniorinnen Tag am 09. Juni sowie das aufregende Volleyballweekend in Näfels hinweisen, die stets zahlreiche Teilnehmer begeistern und mit spannenden Aktivitäten aufwarten.