

## Hockey für Jugendliche (Aufbautraining II)

Leistungstraining, Verbinden und Automatisieren spezifischer Technik und Koordination/ Gewandheit unter Wettkampfbedingungen, beginnende Spezialisierung.

Jahrgang	Mannschaft	Tag/Uhrzeit	Halle
2006/07 m	Männl. U16	DI 20:30-21:45 DO 20:30-21:45	JCS JCS
2006/07 w	Weibl. U16	DI 19:30-20:30 DO 19:00-20:30	JCS THS Neu

**Ansprechpartner:**  
Siehe unten

## Hockey für Erwachsene (Verbandsliga & Freizeithockey)

Jahrgang	Mannschaft	Tag/Uhrzeit	Halle
Älter als 16 Jahre / m	Herren	DI 20:30-21:45 DO 20:30-21:45	JCS JCS
Älter als 16 Jahre / w	Damen	DI 19:30-20:30 DO 19:00-20:30	JCS JCS
Eltern m & w	Hopis	MI 20:00-21:45	JCS

**Ansprechpartner:**  
Oliver Lahtz (He, Da) - 0176 428 50 349  
Philipp Schacht (Hopis) - 0171 813 70 31

Neugierig geworden?  
Du brauchst noch mehr Infos?  
Dann schau auch auf unserer Abteilungs-  
Homepage vorbei:

[www.hockeypinneberg.de](http://www.hockeypinneberg.de)

[www.facebook.com/VfLPinnebergHockey](https://www.facebook.com/VfLPinnebergHockey)



### Kontakt

**VfL Pinneberg**  
Sportzentrum  
Fahltskamp 53, 25421 Pinneberg



04101 55602-0



04101 55602-22



info@vfl-pinneberg.de



www.vfl-pinneberg.de

www.facebook.com/vflpi

www.twitter.com/vflpinneberg



Montag 7.30 – 21.00 Uhr  
Dienstag 7.30 – 21.00 Uhr  
Mittwoch 7.30 – 21.00 Uhr  
Donnerstag 7.30 – 21.00 Uhr  
Freitag 8.00 – 21.00 Uhr  
Samstag 9.00 – 16.00 Uhr  
Sonntag 9.00 – 16.00 Uhr

# HOCKEY



HOCKEY

[www.vfl-pinneberg.de](http://www.vfl-pinneberg.de)

## Hockey, deine Sportart

### Der Sport für Mädchen & Jungen jeden Alters

Hockey ist eine Sportart, die man rund ums Jahr betreiben kann. Im Sommer spielen wir draußen Feldhockey, im Winter drinnen Hallenhockey. Es ist ein Mannschaftssport, d.h. man spielt zusammen mit anderen im Team.

Für Hockey braucht man Kondition, Ballgefühl, Technik und taktisches Verständnis – das alles lernt man im Laufe des Trainings.



### Grundausbildung in der Ballschule

Spielerische Heranführung an die Grundlagen des Ballsports, regelmäßig wechselnder Schwerpunkt (Fußball, Handball, Hockey), keine Spezialisierung auf technisch/ taktische Inhalte.

Jahrgang	Mannschaft	Tag/Uhrzeit	Halle
< 2015	Ballschule	MI 16:00-17:00	THS neu

### Ansprechpartnerin:

Meike Salewski – 0175 62 40 713

## Hockey für Kinder (Grundlagentraining)

Inhalte des Trainings der Ballschule erweitert um Erlernen der Grundtechniken, motorische Fertigkeiten des Hockeyspiels, weiterhin Hauptaugenmerk auf Koordinations- und Gewandtheitstraining.

Jahrgang	Mannschaft	Tag/Uhrzeit	Halle
2014/15 m	Männl. U8	MI 16:00-17:00 FR 15:30-16:30	THS Neu THS Neu
2014/15 w	Weibl. U8	MO 16:00-17:00 MI 16:00-17:00	THS Neu THS Neu
2012/13 m	Männl. U10	DI 16:00-17:30 FR 16:30-18:00	THS Neu THS Neu
2012/13 w	Weibl. U10	MO 15:45-17:15 DO 16:00-17:30	THS Neu THS Neu

### Ansprechpartnerin:

Alexandra Eck – 0176 999 23 142



## Hockey ab 10 Jahren (Aufbautraining I)

Stark erhöhte hockeyspezifische Technik- und beginnende Taktikschulung. Beibehalten koordinativer und Einführung athletischer Elemente. Langsam einsetzende Heranführung an Leistungsorientierung.

Jahrgang	Mannschaft	Tag/Uhrzeit	Halle
2010/11 m	Männl. U12	Di 16:45-18:15 MI 17:00-18:30	THS Neu JCS
2010/11 w	Weibl. U12	MI 18:00-19:00 DO 18:00-19:00	THS Neu JCS
2008/09 m	Männl. U14	DI 17:30-19:00 MI 18:30-20:00	JCS JCS
2008/09 w	Weibl. U14	DI 17:30-19:00 DO 17:30-19:00	THS Neu THS Neu

### Ansprechpartner :

Quinton Espelage (mU12) - über A. Eck s. links  
Lina Seehaus (wU12) - über A. Eck s. links  
Jasper Plath (mU14) - 0176 34704780  
Annika Lahtz (wU14) - 0172 9590488

