

## Hockey für Jugendliche (Aufbautraining II)

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

| Jahrgang     | Mannschaft | Tag/Uhrzeit                      | Ort          |
|--------------|------------|----------------------------------|--------------|
| 2008/09<br>m | Männl. U16 | DI 18:30-20:00<br>MI 18:30-20:00 | KuRa<br>KuRa |
| 2008/09<br>w | Weibl. U16 | DI 17:30-19:00<br>DO 17:30-19:00 | KuRa<br>KuRa |

### Ansprechpartnerin:

Annika Lahtz (wU16) - 0172 9590488

## Hockey für Erwachsene (Verbandsliga & Freizeithockey)

| Jahrgang                  | Mannschaft | Tag/Uhrzeit                      | Ort          |
|---------------------------|------------|----------------------------------|--------------|
| Älter als 16<br>Jahre / m | Herren     | DI 20:00-22:00<br>DO 20:00-22:00 | KuRa<br>KuRa |
| Älter als 16<br>Jahre / w | Damen      | MO 19:00-21:00<br>DO 19:00-20:30 | KuRa<br>KuRa |
| Eltern<br>m & w           | Hopis      | MI 20:00-21:45                   | KuRa         |

### Ansprechpartner:

Swantje Seehaus (He, Da) - 01590 2465555  
Philipp Schacht (Hopis) - 0171 8137031

Stand: September 2024

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 |
|----------|------------|----------------|-------|
| < 2016   | Ballschule | MO 17:00-18:00 | JBS A |

**Ansprechpartnerin:**  
Meike Dreher – 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        |
|--------------|------------|----------------------------------|--------------|
| 2016/17<br>m | Männl. U8  | MI 16:00-17:00<br>FR 15:30-16:30 | KuRa<br>KuRa |
| 2016/17<br>W | Weibl. U8  | MI 16:00-17:00<br>FR 15:30-16:30 | KuRa<br>KuRa |
| 2014/15<br>m | Männl. U10 | DI 16:00-17:30<br>FR 16:30-18:00 | KuRa<br>KuRa |
| 2014/15<br>w | Weibl. U10 | MO 16:00-17:30<br>DO 16:00-17:30 | KuRa<br>KuRa |

**Ansprechpartnerin:**  
Swantje Seehaus – 01590 2465555



## 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        |
|--------------|------------|----------------------------------|--------------|
| 2012/13<br>m | Männl. U12 | MO 17:00-18:30<br>DO 18:00-19:30 | KuRa<br>KuRa |
| 2012/13<br>W | Weibl. U12 | MI 17:00-18:30<br>DO 17:00-18:30 | KuRa<br>KuRa |
| 2010/11<br>m | Männl. U14 | DI 18:30-20:00<br>MI 18:30-20:00 | KuRa<br>KuRa |
| 2010/11<br>w | Weibl. U14 | MO 18:00-19:30<br>MI 17:30-19:00 | KuRa<br>KuRa |

**Ansprechpartner:**  
Quinton Espelage (mU12) - über S. Seehaus  
Lina Seehaus (wU12) – über S. Seehaus  
Jasper Plath (mU14) - 0176 34704780  
Swantje Seehaus (wU14) - 01590 2465555

