

LTV „Touch“ Einsteigerkurs für das schnelle Spiel mit einem ovalen Ball, jeder Menge Taktik und Teamgeist



Der Lippstädter Turnverein (LTV) bietet Euch vom 06. Mai bis zum 24. Juni einen Einsteigerkurs für „Touch“ an:

„Touch“ oder auch „Touch Rugby/Touch Football“ ist eine in englischsprachigen Ländern sehr populäre Sportart. Unser Ziel ist es, sie auch in Deutschland weiter zu verbreiten.

Wie funktioniert das Spiel?

Es wird 6 – 6 auf einem Rasenplatz gespielt, der Ball ist oval und darf nur mit der Hand nach hinten geworfen werden. Für einen Punkt „Try“ wird der Ball ohne vorherige Berührung durch den Gegner hinter dessen Grundlinie auf den Boden gelegt. Mehr zu den Regeln findet ihr auf:

www.ltvlippstadt.de/touch-rugby

Warum macht es so viel Spaß?

„Touch“ ist einfach zu erlernen. Nur durch gute Teamarbeit kann ein „Try“ erzielt werden. Daher ist die Sportart auch sehr gut für „Balllegastheniker“ geeignet, solange ihr Spaß an Bewegung habt.

„Touch“ ist für jedes Alter und Geschlecht geeignet – bei Turnieren wird meistens „Mixed“ von jung bis alt gespielt. Daher ist jeder willkommen, es zumindest einmal auszuprobieren.

Zudem ist das Verletzungsrisiko sehr gering, da ein „Touch“ mit minimalen Kraftaufwand stattfindet und es keinen harten Körperkontakt gibt: Fairness, Kommunikation und Reaktionsschnelligkeit stehen im Vordergrund.

Wir trainieren bilingual auf Deutsch und Englisch und sind multikulturell – bisher haben 4 Nationalitäten in unserem Team gespielt.

Auch für Individualsportler, die gerne Triathlon, Laufen oder Radfahren betreiben, ist es eine ideale Ergänzung, um die Koordination und Sauerstoffaufnahmefähigkeit (V02max) zu verbessern.

Das bieten wir Euch:

6x kostenloses Einsteigertraining immer Dienstags vom 07. Mai bis zum 11. Juni um 19 Uhr auf dem Jahnsportplatz - wir freuen uns auf Euer kommen!

Am besten meldet ihr Euch vorher bei dem Trainer Andreas Lange:

Telefon: 0157 512 024 97, E-mail: AndreasTouchLippstadt@gmail.com, www.ltvlippstadt.de/touch-rugby, Instagram: touch_lippstadt