

## Training mit dem Tennisverein Bergfeld

Wieder war der **Tennisverein Bergfeld** unter Leitung von Frau Fredrich in der Grundschule Parsau aktiv. An verschiedenen Stationen wurde den Schülern der ersten bis vierten Klassen in der Pausenhalle in Parsau ein Einblick in diesen Sport vermittelt. Beim **Konditionstraining** wurden verschiedene Übungen mit den Springseilen gemacht und Geschicklichkeit war erforderlich, um mit kleinen Schritten zügig durch die auf dem Boden liegende Strickleiter zu laufen. Viele abwechslungsreiche Trainingsinhalte, Übungen und Spiele hielten die Schüler möglichst immer in Bewegung. Das Werfen, Fangen und Zurückschlagen und Lauf- und Konditionsübungen gehörten zum Training, aber auch das Üben der richtigen Schlagtechnik, das Ausholen, Schlagen und Ausschwingen. Spielerische Übungen, Lauf- und Koordinationsübungen, Konditionstraining – den Schülern war die Anstrengung anzusehen – aber auch der Spaß dabei. Vielen Dank dem Tennisverein Bergfeld für das abwechslungsreiche Training.



*Tennistraining in der Pausenhalle*