



Turnverein Gonzenheim 1894 e.V.

Bad Homburg v.d.H.



NEU ab dem 18.09.2024 → Pickleball Kitchen Bad Homburg

Unser Trainingsangebot richtet sich vorerst an Erwachsene und Jugendliche ab 16 J.

Unsere Abteilung

- * Wir sind eine freundliche und aktive Pickleball-Community in Bad Homburg.
- * Trainiert wird jeden Mittwoch von 18:30 bis 21:30 Uhr in der Albin-Göhring-Halle, Obere Halle 1, (jew. 1 Std. / Zeitslots wegen Platzbedarf)

Was du mitbringen musst:

- * Spaß an Bewegung und neuen Sportarten!
- * Alles andere stellen wir dir erstmal zur Verfügung: Schläger, Bälle u. Netze.

Eure Übungsleiter

- * Für Fragen rund ums Training und Spiele wende dich gerne an:
- * Sascha Bier / * Andrea Bier
- * Paul Wnuk /
- * Jan Ehling / * Tessa Ehling

Unsere Pickleball Coaches koordinieren:

- * Regelmäßige Trainingseinheiten
- * Witzige Spiele
- * Gesellige Zusammenkünfte

Warum Pickleball?

- * **Gesundheit:** Verbessere deine Fitness und Koordination.
- * **Spaß:** Triff neue Leute und habe Spaß in einer tollen Gemeinschaft.
- * **Für alle:** Egal ob Anfänger oder Fortgeschrittener, jeder willkommen.

Was ist Pickleball?

- * Pickleball ist eine dynamische Mischung aus Tennis, Badminton und Tischtennis.
- * Leicht zu lernen, aber herausfordernd zu meistern, bietet Pickleball Spaß für alle Altersgruppen.
- * Ein Schläger, ein Plastikball mit Löchern und ein Netz - das ist alles, was du brauchst, um anzufangen.

Die Regeln im Überblick

- * Pickleball wird auf einem kleineren Feld als Tennis gespielt. (Badminton Doppelfeld). Auf einen Tennisplatz passen drei Pickleballfelder.
- * Der Aufschlag muss unterhand erfolgen und der Ball muss vor dem ersten Schlag auf dem Boden aufkommen.
- * Es gibt eine "Non-Volley Zone" nahe dem Netz, in der der Ball vor dem Bodenkontakt nicht geschlagen werden darf. Die Küche, daher unser Name.

Mehr zu den Regeln usw. findest du hier:

<https://deutscher-pickleball-verband.de/>

Interessenten sind herzlich willkommen und können gerne zu einer Schnupperstunde vorbeikommen. Leihschläger sind vorhanden, bitte Hallenschuhe mitbringe
Bei Interesse bitte vorab unseren Übungsleiter kontaktieren, gerne auch per WhatsApp unter: 016093911877

Schnupperangebote im September. Ab Oktober zahlen Mitglieder $\frac{1}{2}$ -jährlich einen Zusatzbeitrag in Höhe von 30,- €, Nicht-Mitglieder 50,- €.

Werde Teil unserer Pickleball-Familie!

| | | |
|------------------------|---|-------------------------|
| 1. Vorsitzender: | Thomas Kirchner, Saalburgstr. 160 c, 61350 Bad Homburg v.d.H. | Tel: (06172) |
| 2. Vorsitzende: | Annikka Hill, Hügelstraße 3, 61352 Bad Homburg v.d.H. | Tel: (06172) 6816941 |
| Schatzmeister: | Andreas Wöhl, Bei den Pflanzenländern 7, 61191 Rosbach v.d.H. | Tel: (06003) 828314 |
| Bankverbindung: | Taunussparkasse Bad Homburg v.d.H. Kontonummer: 18006251 | BLZ: 512 500 00 |
| | IBAN: DE16 5125 0000 0018 0062 51 | BIC: HELADEF1TSK |

E-Mail: sport@tvgonzenheim.de • Internet: www.tvgonzenheim.de • VR 442 Amtsgericht Bad Homburg v.d.H.

Unsere Angebote:

- *Aerobic*
- *Ballsport in der Halle*
- *Beckenbodengymnastik*
- *Bodyfit*
- *Eltern-Kind-Turnen*
- *Deep Stretch & Relax*
- *EnerGym*
- *Fitness für Frauen*
- *Fitness für Schwangere*
- *Fussballtennis*
- *Hallen-Fußball*
- *Handball*
- *Kinder-Turnen*
- *Langhantel-Power*
- *Nordic-Walking*
- *Pickleball*
- *Pilates*
- *Psychomotorische Bewegungsstunden*
- *Theater- u. Tanz-Ensemble TVG Kittens*
- *Tischtennis*
- *Volleyball*
- *Wirbelsäulengymnastik*
- *Yoga*
- *Zirkeltraining*
- *Zumba*



- *Präventive Fitnessgymnastik 50+*
- *Präventives Haltungs- & Bewegungsangebot*