

TRY SQUASH!



SWISS SQUASH

Foto © Michele Bollhalder

SQUASH IST spassig · schnell · sozial · einfach zu erlernen · cool · gut für die Fitness · Action · trendy · der Kalorien-Burner · gut geeignet für Kinder · günstig · gut für Reaktion, Koordination & Konzentration · auch mit den Eltern amüsant

Try Squash will

Kinder zum Sport-treiben animieren. Abwechslung in den normalen Turnunterricht bringen. Möglichst vielen Kindern der Region Squash vorstellen und zeigen, wie viel Spass diese rasante Sportart macht.

Wie bringen wir euch Squash näher?

Lektion 1 im Turnunterricht in der Turnhalle. 45 Minuten. Es werden die Spielregeln vermittelt und erste Spiele mit Ball und Schläger gemacht.

Lektion 2 in der Squashhalle in Ihrer Region. 90 Minuten. Zuerst werden verschiedene Ballangewöhnungsübungen gemacht und dann wird gespielt.

Lektion 3 (optional) - Nochmals 90 Minuten in der Squashhalle.

Schülerturnier (optional) - Falls gewünscht, organisieren wir für die Unterstufe ein Squash-Schülerturnier.

Wer?

Try Squash ist ein Projekt des nationalen Verbandes Swiss Squash. Sämtliche Aktivitäten werden von Swiss Squash und den Squashclubs organisiert und finanziert.