



# Leistungsgruppe Erwachsene



Die Sporthalle in der Bleichstraße 23 in Alzey (Nutzung durch Orientierungsstufe Gymnasium am Römerkastell) ...



... ist freitags 20.00 – 22.00 Uhr Trainingsstätte unserer Leistungsgruppe, die dort auch ihre Heimspiele absolviert.

Sie setzt sich zusammen aus ehemaligen Wettkampf- und weit fortgeschrittenen Freizeitspieler/innen zwischen 20 und über 50 Jahren, welche bereits über ein hohes technisches und taktisches Niveau verfügen.

Wer bereits gute Grundlagen mitbringt, dem werden hier also stets versierte Teampartner helfen, diese in überschaubarer Zeit deutlich auszubauen. Leistungsorientierte finden in der Gruppe schnell ein adäquates Umfeld, in dem sie ihre Fähigkeiten "aufpolieren" und mannschaftsdienlich einbringen können.

Grundsätzlich legen wir im Training, neben regelmäßigem Spiel, viel Wert auf gemeinsames Aufwärmen und Gymnastik (sowohl sportartspezifisch als auch allgemein) sowie das Beherrschen einer sauberen Technik und eines guten Stellungsspiels. Wir wollen anspruchsvollen Volleyball spielen, aber immer mit viel Spaß.

Unsere Leistungsgruppe nimmt sehr erfolgreich an Mixed- und Herrenfreizeitrunde des Volleyballverbands Rhh. ([www.vvrh.de](http://www.vvrh.de)) sowie diversen Hallen- und Freiluftturnieren teil.

Text/Fotos: H.Sk