

SPORT STACKING

NEU für die
Turnsaison
2020/21



Profitiere von kostenlosen
Schnuppertrainings
in deinem Verein

Sport Stacking, eine vielseitige Sportart



Wie wäre es zur Abwechslung mit einem Training, das nicht nur die Muskeln stärkt oder die Ausdauer fordert, sondern sich auch unserem Gehirn und unserer Koordinationsfähigkeit widmet?

Becher stapeln in grossem Tempo

Beim Sport Stacking («to stack», Englisch für «stapeln») versucht man, eine Anzahl Becher nach vorgegebenen Regeln in möglichst kurzer Zeit fehlerfrei aufeinander zu stapeln und anschliessend wieder abzubauen. Als Sportgerät werden speziell geformte Becher zu Becherpyramiden auf- und abgebaut. Übungsformen und Spielvarianten können dabei beliebig variiert werden. An Wettkämpfen «stacken» Jung und Alt in teils atemberaubendem Tempo um die Meistertitel. Topstacker im Alter von 10-18 Jahren schaffen beispielsweise über 40 Handgriffe in weniger als 5 Sekunden.

Training für Kopf und Hände

Sport Stacking wurde in den 80er-Jahren von Pädagogen aus den USA entwickelt. Trainiert werden dabei beide Gehirnhälften, Geschicklichkeit und Fingerfertigkeit. Gleichzeitig verbessert sich die Konzentrations- und allgemeine Leistungsfähigkeit.

Für Jung und Alt geeignet

Die Technik ist in kurzer Zeit lernbar und kann einzeln oder in Teams umgesetzt werden. Sport Stacking bereitet Kindern wie Erwachsenen gleichermaßen viel Spass.



Becherspass für eure Turnstunde



Mit der Eingliederung einer eigenen Sport Stacking-Trainingsgruppe leistete der TSV Concordia Baar im Jahr 2007 Pionierarbeit. Der Zuger Verein, der auch turnerisch aktiv ist, hat sich einen reichen Erfahrungsschatz im Trainingsaufbau und in der Turnierorganisation angeeignet. Dass sich die Offenheit gegenüber neuen Sportarten lohnt, beweisen die zahlreichen sportlichen Erfolge der Vereinsmitglieder. Baar holte bereits mehrere Medaillen und Meistertitel an Schweizer- und Weltmeisterschaften (siehe auch: www.tsvbaar.ch/riegen/sportstacking/index.php)!



Gratis-Workshop «Sport Stacking»

Dank finanzieller Unterstützung des Saphir-Clubs können die Sport Stacker des TSV Concordia Baar ihre Begeisterung für diese aussergewöhnliche Sportart nun in einem Projekt an interessierte Vereine der Sport Union Schweiz weitergeben. Meldet euch, wenn ihr Interesse an einem kostenlosen Schnuppertraining in eurem Verein habt. Wir besuchen euch 3 Mal innerhalb 2 Monaten in eurem Trainingslokal und unterstützen euch beim Erlernen der Grundtechnik. Ausrüstungsmaterial stellen wir euch über diesen Zeitraum kostenlos zur Verfügung.

**Auf der Rückseite findet ihr alle weiteren Angaben dazu.
Holt euch diese spannende Abwechslung in euer Training!**

Infos und
Anmeldung:



Schnupperangebot für Vereine



SPORT UNION SCHWEIZ

Inhalte



Sport Stacking Workshop Teil 1 (90')

Hintergrundinformationen zur Sportart
Einführung Grunddisziplin 3-3-3 und 3-6-3
Spielerische Übungs- und Wettkampfformen (Teil 1)

Sport Stacking Workshop Teil 2 (90')

Repetition / Technikverbesserung 3-3-3 und 3-6-3
Einführung Grunddisziplin Cycle
Einführung Teamdisziplin Doppel
Spielerische Übungs- und Wettkampfformen (Teil 2)

Sport Stacking Workshop Teil 3 (90')

Repetition / Technikverbesserung Cycle
Einführung Teamdisziplinen Zeitstaffel und Turnierstaffel
Spielerische Übungs- und Wettkampfformen (Teil 3)
Tipps für Wettkampfteilnahmen

Durchführung

In eurem Trainingslokal, unter Einhaltung des Covid-19-Schutzkonzepts der Sport Union Schweiz

Betreuung

Mitglieder des TSV Concordia Baar begleiten euch beim Erlernen der Technik und vermitteln wertvolle Tipps und Tricks. Um eine optimale Betreuung sicherzustellen, führen wir die Workshops in einer Gruppengrösse von 10 - 20 Teilnehmenden durch.

Ausrüstung

Wird den interessierten Vereinen über einen Zeitraum von 2 Monaten zur Verfügung gestellt.

Zielgruppe

Für alle Altersgruppen geeignet

Kosten

Kostenlos für Mitgliedsvereine der Sport Union Schweiz

Dauer des Angebots

Verbandsjahr 2020/2021, begrenzte Anzahl Workshops. Berücksichtigung in der Reihenfolge des Eingangs. Die SUS behält sich eine Zuteilung nach Region vor.

Infos / Anmeldung



Sport Union Schweiz
Marut Kiatprasert, Leiter Technik
Tel. 041 262 13 23,
marut.kiatprasert@sportunionschweiz.ch

Online unter www.sportunionschweiz.ch/sportstacking

Sport Union Schweiz
Geschäftsstelle
Rüeggisingerstr. 45
6020 Emmenbrücke

Tel. 041 260 00 30 (Mo-Do)
info@sportunionschweiz.ch
www.facebook.com/sportunionschweiz

Projektpatronat



SAPHIR-CLUB

www.sportunionschweiz.ch