

## Sportbund DJK Rosenheim e.V. Hockeyabteilung



Liebe Hockeyspieler,

leider können wir in nächster Zeit kein Training mit euch machen. Damit es euch zuhause aber nicht zu langweilig wird, haben wir uns stattdessen eine **coole Hockeyaktion** für euch ausgedacht! Diese funktioniert folgendermaßen:

- Jeden Dienstag bekommt ihr von euren Trainern eine oder mehrere Aufgaben gestellt.
- Es gibt sowohl einfache als auch schwere Aufgaben und diese reichen von „etwas zeichnen“ bis hin zu „einen Hockeyparkour gestalten“ - manchmal gibt es sogar Erklärvideos. Das ganze Trainerteam hat sich zusammengetan und Aufgaben gesammelt, es wird also nie langweilig!
- Eure Aufgabe ist es, mindestens eine dieser Aufgaben im Verlauf der Woche daheim zu machen und euren Trainern ein Beweisfoto oder -video zu schicken. So könnt ihr euch auch ohne Training mit Hockey beschäftigen und euer Können verbessern!
- Zusätzlich zu diesen Aufgaben könnt ihr natürlich jeden Tag nach draußen gehen und Hockey spielen! Dafür werden wir euch auf unserer Internetseite viele tolle Übungen bereitstellen.

Wir wünschen euch ganz viel Spaß bei den Aufgaben und Übungen und freuen uns sehr auf eure Beweisbilder und -videos. Auch Bilder von euch, wie ihr zuhause Hockey spielt, könnt ihr uns gerne schicken!

Bleibt gesund und hoffentlich sehen wir uns bald wieder!

Euer Trainerteam