

## BADMINTONWORKSHOPS mit Diemo Ruhnnow für Spieler & Trainer

Kiel (Schleswig-Holstein): 2 NEUE WORKSHOPS „Taktik-Doppel“ & „Taktik-Mixed“

EINZELN BUCHBAR - FÜR JEDES SPIELLEVEL & ALTER

- Wann?** Samstag, der 19.11.2022  
 14.30-16.45 Workshop „Taktik-Doppel & Übungen“ - Herren-/Damen- & Mixeddoppel  
 17.00-19.15 Workshop „Taktik-Mixed & Übungen“ - nicht nur für Mixed!
- Wo?** Sporthalle der Kieler Gelehrtenschule, Breiter Weg 11, 24105 Kiel
- Wer?** Spieler:innen jeden Levels & interessierte Trainer:innen
- Kosten?** 59€ pro Workshop - 99€ für Teilnahme an beiden Workshops - Teilnehmer an Workshops bei Diemo Ruhnnow in 2021/2022 erhalten 10€-Treue-Rabatt!
- Wie?** Anmeldung sowie Fragen per Mail an [diemoruhnnow@web.de](mailto:diemoruhnnow@web.de) . Weitere Informationen und Eindrücke unter [www.badminton.camp](http://www.badminton.camp) .

### Über die Workshops:

Die Workshops richten sich an Spieler:innen und Trainer:innen jeden Levels. Durch das einmalige & erprobte Vermittlungskonzept sind kurz- & langfristig Fortschritte unabhängig vom Ausgangslevel garantiert - in einer motivierenden & kurzweiligen Atmosphäre - bei einem der besten Trainer Europas.

### „Doppel-Taktik“ - der Workshop Doppel verstehen, Doppel gewinnen!

Wer gewinnt eigentlich ein Badminton-Doppel? Wie rotiert man? Was ist wirklich entscheidend?

In dem kurzweiligen Workshop werden die Kernbereiche identifiziert, dadurch ein Bewusstsein für erfolgreiches Spielen geschaffen und mit einer Vielzahl von Kernübungen die Voraussetzung - nicht nur für besseres Doppel - sondern für **ERFOLGREICHES** Doppel geschaffen!

### „Mixed-Taktik“ - besser Mixed spielen, mehr Mixed gewinnen!

Der Kern im Mixed wird oft falsch verstanden - was zu unnötigen Niederlagen und unnötigem Stress führt. Mixed Gewinnen - lernt die Schlüssel sowie die Kernübungen für die Mixeddame und den Mixedherren kennen und trainieren. Für mehr Spaß, mehr Plan und Ideen und natürlich mehr Siege im gemischten Doppel - garantiert!

**Achtung:** Auch geeignet für Herren- und Damendoppelspieler:innen: Mixed ist, wie auch viele Herren- und Damendoppel dadurch gekennzeichnet, dass es in der Regel einen ausgewiesenen Vorderfeldspieler:in und eine:n Spieler:in gibt, der:die sich im Hinterfeld wohler fühlt - dies führt zu gewissen Ableitungen, Folgen und Aufgabenstellungen, wenn man erfolgreich spielen möchte - die Rollen müssen beherrscht werden und Lösungen gefunden werden, wenn z.B. der Vorderfeldspieler plötzlich im Hinterfeld ist. Dies und viele weitere Themen im Workshop „Mixed-Taktik“.

### Über den Trainer:

**Diemo Ruhnnow** (MSc, Dipl. Trainer) war bis Tokio als leitender Bundestrainer Doppel/Mixed verantwortlich für das Training der NationalspielerInnen. Aktuell ist er für die spanischen Nationalmannschaft tätig. Zuvor war er auf allen Ebenen von Vereins- über Jugendnationaltrainer tätig. Neben Aus- und Fortbildungen im Badmintonbereich referiert er international & führt regelmäßig Badmintonworkshops in Europa durch. 2010 wurde er als jüngster Trainer als Trainer des Jahres vom Hamburger Sportbund ausgezeichnet.

