

BADMINTONWORKSHOPS mit Diemo Ruhnnow für Spieler & Trainer

ERSTMALIG in HAMBURG-HARBURG: „Trickshots“ & „Rückhand-Clear“

EINZELN BUCHBAR - FÜR JEDES SPIELLEVEL & ALTER

- Wann?** Sonntag, der 17.03.2024
 10.00-12.15 „Finten & Trickshots“ - der Netztechnik-Workshop
 13.00-15.15 „Richtig Rückhand Spielen“ - der Rückhand-Clear-Workshop
- Wo?** Sporthalle Berufliche Schule Hamburg-Harburg, Göhlbachtal 38, 21073 Hamburg
- Wer?** Spieler:innen jeden Levels & interessierte Trainer:innen
- Kosten?** 59€ pro Workshop, 99€ für beide Workshops
- Wie?** Veranstalter ist der Harburger SC e.V., Hölscherweg 11, 21077 Hamburg. - Anmeldung kann beim Vereinstraining oder unter diemoruhnnow@web.de vorgenommen werden.

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.

„Finten & Trickshots“ - der Netztechnik-Workshop

Der Workshop zielt in einer motivierenden Art & Weise auf die Verbesserung der Fähigkeiten im Netzspiel ab - nach modernster und erfolgreich erprobter Trainingsphilosophie nutzen wir die Finten & Trickshots der Profis um die eigene Netztechnik zu verbessern und gleichzeitig gibt es einen Lernweg für Finten am Netz für alle Spiel- und Altersklassen an die Hand - Spaß garantiert!

„Richtig Rückhand Spielen“ - der Rückhand-Clear-Workshop

Die richtige Rückhand: Für viele ein Mysterium, dabei ist es richtig erlernt gar nicht schwer. Wir lernen und üben effektive Techniken der Rückhand, einen mit über 1000 Spielern erprobten Lernweg dazu gibt es neben typische Fehler in der Schlagtechnik und Ihre Korrektur vor allen Dinge individuelle Technik- und Korrekturhinweise - damit sich die Rückhand auch langfristig verbessert!

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.

