

Volley Telegramm des PSV

unabhängig,

kurz,

informativ



Liebe Volleyballerinnen,

hier die neusten Infos für euch und eure Eltern. Die Termine könnt ihr am besten gleich in eure Kalender eintragen.

#savethedate

- 13.09 Jugendtrainer Coaching m. BVV (17-20 Uhr)
- 17./18.09 Trainingslager Saisonvorbereitung
- 23.09 Freundschaftsspiel U12 m. Haching
- tbd Schiri-Lehrgang
- 25.09 Vorbereitungsturnier D3 @ Vaterstetten
- tbd Testspiele für die Teams
- 24./25.09 od. 29./30.10 Jugendtrainerlehrgänge

Volleyball Sommerfest mit Beach-Turnieren

30.07: Saisonabschluss sehr sportlich gefeiert. Bei den Beach-Turnieren wetteiferten Ü14-Mädels, Eltern und Jungs in einer Kategorie; die jüngeren Mädels in der Kategorie U13. Am Ende gab es fröhliche Gesichter, Urkunden und Gummibärl.

[Bericht PSV-Homepage](#)

Rückblick Saison 2021/2022

Nach der durch COVID verkorksten Saison 2020/21 wieder eine richtige (fast unterbrechungsfreie) Spielzeit. Bis auf eine kleine Pause bei den Spieltagen konnten die Mädels seit Mai 2021 durchgehend trainieren. Das merkt man auch, denn sie haben sich super entwickelt. Dank der Volleyball-Schnuppertage an den Schulen viel Zuspruch: Unser Team ist auf über 50 Mädels angewachsen. 3 Turniere für die U11 (Übergang vom Werfen & Fangen zum Volley); die U12 und U15 sehr ordentlich in ihren Liegen abgeschnitten (jeweils 4 Turniere / Spieltage). Wir haben seit Frühjahr Mädels und Jungs aus der Ukraine in unseren Jugendgruppen (weiblich und männlich) integriert → Danke an Natalie!

Es gab ein paar kurze Trainingslager (1-2 tágig) und Freundschaftsspiele (die meisten Freundschaftsspiele inzwischen schon fast traditionell mit Hachinger Mädels). Ein Höhepunkt: Oster-TL in Cattolica (Italien) mit den Leichtathleten. Jung-Co-Trainerinnen (U15) machen erste Schritte und übernehmen Trainingsabschnitte bei den jüngeren.

Alle Trainingsgruppen haben gute Fortschritte gemacht: technisch besser, reaktionsschneller, taktisch cleverer!

Das Wichtigste: der Teamgedanke 🐾



Trainer gesucht

WE WANT YOU!
JUGENDTRAINER*IN FÜR DEN PSV PUTZBRUNN VOLLEYBALL GESUCHT!
KONTAKT: EDUARD.KAPPES@GMX.DE
HTTPS://PUTZBRUNN-SPORTVEREIN.DE/VOLLEYBALL



Putzbrunner Sportverein

Bitte nutzt eure Kontakte und sprecht potentielle KandidatInnen direkt an. Wer Interesse hat, als Jugendtrainer(in) einzusteigen, meldet sich am besten **gleich** hier: 01792220505.

Wir brauchen Dich!!!

Trainingspause im August

gut durch persönliches Feriencamp überbrückt. Sehr fleißig, U11 bis U15!

Mein persönliches Feriencamp (U11)

Ich bin eine coole U11 Volleyballerin, denn ich bin flink, kenne mich im Volleyball gut aus, bin gut am Ball und will noch besser werden!!!

Was möchte ich?	Wie mach ich das?	Wie oft?
A: mein Pritschen verbessern	Pritschen sitzend mit Kontrollpaß	10 Minuten
B: noch schneller werden	Pendellauf 6x 3 Meter	6 Wiederholungen
C: meine Koordination verfeinern	Selbstsprünge	3 Mal pro Woche
		500 Mal
		3 Mal pro Woche

Das wichtigste Ziel: Spaß haben Lachen, chillen und immer und immer wieder spielen

Ich kann mir die Tage und die Tageszeit selbst einteilen

Beach-Turnier U11-U12 am 24. Juli

Eingeladen vom FC Parsdorf, gespielt @ Vaterstetten. Bestes Wetter, heißer Sand, gute Stimmung bei den Spielerinnen und Fan-Crew (Dank @ Eltern). Ein spannendes Finale in der U12-Wertung. Unsere Mädels haben bei ihrem ersten Beach-Turnier viel Spaß gehabt und Einiges dazu gelernt. Toll zum Anschauen.

[Link zum PSV-Bericht](#)



Saisonplanung 2022/23

Nach den Ferien geht's mit der Ausbildung der Jugendtrainerinnen weiter. Zur Saisonvorbereitung gibt es ein Trainingslager. Für den Spielbetrieb sind 7 Jugend-Mannschaften angemeldet (U11, U12x 3, U13 a.K., U15 a.K. und U16 a.K.):

U16 nimmt zugleich als D3 am Spielbetrieb der Damen.

Zu den Heimspieltagen sind alle Fans, Eltern, VolleyballerInnen der Erwachsenenteams und Interessierte herzlich eingeladen. Hier die geplanten Heimspieltage, die alle PSVler und Putzbrunner fett in ihre Kalender eintragen sollten:

Details für die Planung der Saison 2022/23 findet ihr in der letzten Elterninfo (27.07.2022, PDF).

<u>U12 (3x)</u>	<u>U13 a.K.</u>	<u>U15 a.K.</u>	<u>U16 a.K.</u>	<u>D3</u>
16.10.2022	11.12.2022 12.02.2022	18.12.2022	02.10.2022	15.10.2022 12.11.2022

Angriffs-Workshop mit Trainerlegende

Jos De Wit

Ein spezielles Training für die U15, um die Angriffstechnik zu verfeinern. Unser Senior Expert – Jos De Wit (langjähriger Trainer im PSV) – hatte ein 1,5- stündiges Programm ausgearbeitet. Die Übungen waren zielgerichtet aufgebaut, um bei allen eine individuelle Korrektur der Bewegung herbeiführen und zu stabilisieren. Bogenschützen-Ellbogen, Armzug, lockeres Handgelenk, Stemmschritt, Durchziehen, Armschwung: alles, was auch die Profis können müssen, und natürlich in der richtigen Reihenfolge.

Nach dem maßgeschneiderten Angriffstraining wurde das Gelernte praktisch angewandt und es saht gut aus. Wird bestimmt in ähnlicher Form wiederholt werden, schließlich spielt die U16 diese Saison bei den Damen mit.

Danke an Jos!!!

P.S. Die Trockenübung mit dem kleinen Tuch lässt sich auch zu Hause easy machen. Muß halt ein Familienmitglied das Tuch in die Luft halten.
P.P.S. Die Kamera hat versagt.

Trainingslager 16./17. Juli



Kein strenges Bootcamp, eher ein leichtes, technisch orientiertes Trainingslager: ein Tag in der Halle + ein Beach-Tag. Kleine Trainingsgruppe -> wir konnten individuell arbeiten. Der Hallentag wurde sogar um ein spezifisches Angriffstraining erweitert (hochmotivierte U15). Volleyball ist eben ansteckend. Beach-Tag trotz Hitze ausgezeichnet überstanden (nebenbei Standfestigkeit und Ausdauer getestet 😊). Verbesserungen bei allen sichtbar. Das nächste TL ist ja bald.

[Link auf Homepage-Bericht](#)

Freundschaftsecke:

Nach einer kurzen Zeit bei uns (seit März) verabschiedete sich Laura umzugsbedingt vor den Ferien. Sehr schade. Wir werden sie vermissen und wünschen Laura und Ihrer Familie einen guten Start am neuen Ort. Laura ist zu unseren Events jederzeit herzlich eingeladen. Es wird bestimmt ein Wiedersehen geben.
Alles **Gute!!!**



Dank des Monats

geht an **Kati**,
Franzi K., Sophie, JDW,
Nana, Brigitte und
ODW



[Aktuelles](#) findet ihr unter <https://putzbrunner-sportverein.de/volleyball> oder in unserer WhatsApp-Gruppe

