

# Train playfully in geselliger Runde mit **E1N SATZ**



**Das Sportangebot für Eltern.  
Ein Ticket für Beide!**

E1N SATZ  
Paul-Neumann-Str.14  
14482 Potsdam  
[www.e1nsatz.de](http://www.e1nsatz.de)  
Tel.:01775613329



**49 EURO**

---

## Mit E1N SATZ train playfully in geselliger Runde

Das spezielle Angebot für Eltern, welche sich auch sportlich betätigen wollen

Wann: dienstags 19:30 Uhr

Dauer: 75 Minuten

Preis: 49 Euro/Monat für das Elternticket. Das Ticket kann wöchentlich von einem Elternteil genutzt werden!

Beginn: Montag, 07.11.2023

Treffpunkt: Sporthalle Karl-Förster-Grundschule

Inhalt:

Neben dem sozialen Miteinander steht das sportliche im Vordergrund. „Spielerisch trainieren“! Wir beginnen mit kleinen Erwärmungsspielen.

Die Hauptteile beinhalten bekannte Sportspiele, wie Volleyball, Basketball, Fußball, Tischtennis und andere. Kombiniert werden die Sportspiele mit kleinen Aufgaben zur Aufrechterhaltung der allgemeinen physischen Belastungsfähigkeit. Als Trainer stellen wir bedarfsorientierte Trainingsinhalte zusammen und motivieren Euch während der Trainingseinheit. Dabei können wir individuell und in der Gruppe auf die jeweiligen Stärken und Schwächen eingehen. Nicht jeder Tag ist gleich und so gehen wir am Dienstag in das Training. Gemeinsamer sportlicher Wocheneinstieg mit E1NSATZ!

Euer Team!

E1N SATZ

---

*„Seit 15 Jahren schulischer und sportlicher E1NSATZ“*