



Einladung zur Vereins-Challenge 2021

Hallo zusammen,

Trotz der endgültigen Saisonabsage wollen wir wieder ein bisschen Leben und Austausch in den Verein bekommen. Deshalb laden wir dich und deine Mannschaft/Schule zur **Vereins-Challenge 2021** ein! Wir bieten euch ein interaktives 8-wöchiges Programm mit Kondition, Koordination, aber auch skurrilen Aufgaben. Im Volleyball gewinnt ja oftmals auch der Klügere... Für alle Aufgaben gibt es ein Punktesystem, mit dem wir das Ganze dann vergleichbar machen.

Und gewinnen könnt ihr auch etwas: Euch erwarten **attraktive Preise** z.B. für das Beste Team, im Einzelranking oder auch für den Kreativsten unter euch. Also, motiviert auch eure Mitspieler oder auch die beste Freundin! Für die regelmäßige Teilnahme bekommt ihr auf jeden Fall ein T-Shirt.

Teilnehmen könnt ihr, wie es euch passt:

- **Jeden Dienstag um 18 Uhr** findet ein für alle offenes **Online-Workout** via Zoom statt (Link: <https://uni-regensburg.zoom.us/j/81798903397>)
Dafür ist kein Download oder keine Anmeldung notwendig.

Und/oder

- **Selbstständiges Durchführen** der Workouts, die ihr jede Woche auf unserer [Homepage](#) als PDF-Datei herunterladen könnt.
 - **Eintragen der Punkte** auf unserer Homepage
(Link: <https://www.amberg-volleyball.de/vereins-challenge-2021>)

Wann? Wöchentliche Workouts von **23.2. – 13.4. 2021**

Onlineworkout dienstags um 18 Uhr oder selbständig via Homepage

Wer? Alle. Egal welches Alter oder Team. Einfach über unsere [Homepage](#) teilnehmen.

Damit könnt ihr dann (hoffentlich) im Frühjahr topvorbereitet auf unserer frisch sanierten 6-Felder-Anlage in den Sand starten.

Bei Fragen oder Anregungen, wendet Euch gerne an uns unter events@amberg-volleyball.de.

Mit sportlichen Grüßen

Matthias Helm (Verantwortlicher BVV-Leistungstützpunkt/ Trainer Herren III/U18)
Florian Birner (Spielertrainer Herren I)