



Tekst og fotos: Bo Børsen Hansen, 9. januar 2022



Torsdag aften var Rykind ved overtegnede til volleytræning og fik en god snak med formand Gunnar Hartwigsen.

Hver torsdag aften mødes unge og ældre, mænd og kvinder, drenge og piger til volleyball fællestræning i Multisalen i SeminarieHuset. Klubben har i alt ca. 40 medlemmer, men vil gerne være flere.

Torsdag aften den 7.1. var der således ca. 15-20 til træning. Volleyball er et meget socialt spil. Der blev startet med let opvarmning og derefter spil på 2 baner.

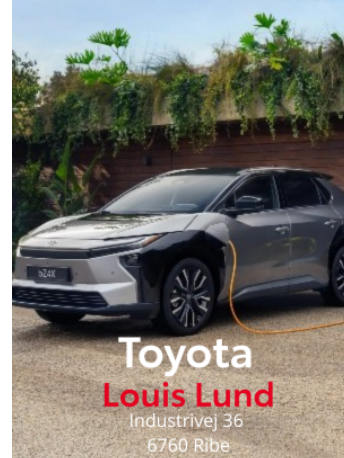
**SLON
SCEN
TRET**

Tal med os

Revisionscentret Ribe
Godkendt Revisionsanpartsselskab

Announce

Prøv din næste elbil hos
Toyota Louis Lund



Toyota
Louis Lund
Industrivej 36
6760 Ribe



Men volleyball klubben efterlyser mere børn og ungdom.
Børn/Kids, dvs. 1.-6. årgang i skolen, træner fredag 17-18 og ungdom/teens fra 7.klasse til ca. 18 år træner fredag fra kl. 18.

Især de unge teens, dvs. typisk fra ungdomsuddannelserne gymnasiet osv, er stærkt savnet. Volleyball klubben tilbyder således gratis fri bane HVER FREDAG I JANUAR FRA KL. 17, hvis f.eks. gymnasieelever f.eks. har lyst til at prøve. Der hænger flyers på bl.a. Katedralskolen med yderligere info.

Volleyball er ikke noget let teknisk boldspil.

Netop derfor startes blødt ud i 4 faser, for børn/kids startes på badmintonbane, men med volleynet.

I 1. fase kastes og gribes udelukkende.

I 2. fase bakkeslag (opsamling).

I 3. fase flere slag men stadig også kast og gribe bolden.

Først i 4. fase spilles almindelig volley.

Der er således mulighed for langsomt at lære spillet. Dertil kommer at der hele tiden er rotation på banen, så ingen står stille.

På den måde sikres det at alle er i gang og ingen bliver skræmt af at spillet er for svært – volleyball leges ind.

(Artiklen fortsætter under billedet)



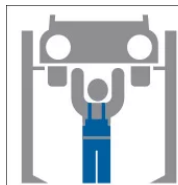
Ribe Volleyball klub har tilmeldt hold både i mixed damer og herrer samt et herrehold, alt sammen under DGI.

Men ambitionen er ifølge Gunnar Hartwigsen at få såvel herre som damehold under DIF i Danmarksserien.

SÅ KOM FRISK TIL TRÆNING RIBES BØRN OG UNGE HVER FREDAG – ALLE ER KAN VÆRE MED, ALLE ER VELKOMNE!



Annonce



bilsynribe.dk
v. christian hansen

Industrivej 2, 6760 Ribe
Tlf. 76 24 57 96
Mail: info@bilsynribe.dk

Åbningstider
Mandag - torsdag 8.00-16.00
Fredag 8.00-14.30
1. torsdag i md. 8.00-20.00