



Spielwiese Sport

Impulse für Sportkonferenz DV Trier 2022

Trendsport Plogging: Müllsammeln beim Joggen

Natascha Koch | 18.05.2021

Neue Ideen:

Der Natur und dem eigenen Körper etwas Gutes tun: Die neue Trendsportart Plogging aus Schweden verbindet Müllsammeln mit Joggen. Das Training hilft nicht nur der Umwelt, sondern ist auch besonders effektiv.



Chase Tag





Longboard (Downhill)

Mountainbike



Roundnet („Spikeball“)



Quidditch



Teqball



[https://imgresizer.eurosport.com/unsafe/2560x0/filters:format\(jpeg\)/origin-imgresizer.eurosport.com/2021/12/12/3270496-66927188-2560-1440.png](https://imgresizer.eurosport.com/unsafe/2560x0/filters:format(jpeg)/origin-imgresizer.eurosport.com/2021/12/12/3270496-66927188-2560-1440.png)

<https://assets.fiteq.org/teqball/how-to-hero.jpg>

https://dynamimage.cdn.cnn.com/cnn/c_fill,g_auto,w_1200,h_675,ar_16:9/https%3A%2F%2Fcdn.cnn.com%2Fcontent%2Fdam%2Fassets%2F20106151634-01-teqball-world-championship-spt-intl-cmd.jpg

HEADIS

TISCHTENNIS MIT DEM KOPF



Es ist erlaubt,
die Platte zu berühren.

Der Ball ist weicher und
leichter als beim Fußball.

Den Ball spielt man zum
Beispiel mit der Stirn oder
mit der Seite über dem Ohr.

Für einen Satzgewinn braucht man
mindestens elf Punkte. Wer zuerst zwei
Sätze holt, gewinnt das ganze Spiel.

HEADIS

TISCHTENNIS MIT
DEM KOPF



Den Ball spielt man zum
Beispiel mit der Stirn oder
mit der Seite über dem Ohr.



Padlé (Padle tennis)



Pickleball



Pickleball



Discgolf





Disc Golf Park

Liebe Disc Golfer,
diese Disc Golf-Anlage steht zu Ihrer Nutzung bereit.
Sie spielen auf eigene Gefahr und Verantwortung.
Die Anlage wird auf dieser Tafel beschrieben.
Bitte beachten Sie beim Spiel auf der Anlage, dass sich im Bereich der gesamten Strecke Besucher befinden können.
Lassen Sie bitte beim Werfen der Scheibe Vorsicht walten, damit niemand der Gäste gefährdet wird. Viel Spaß bei der Runde.

Disc Golf
wird gespielt wie "normales" Golf. An die Stelle von Schläger und Ball treten jedoch Frisbeescheiben, die es in unterschiedlichen Farben, Formen und Gewichten gibt. Statt in ein Loch im Boden wird auf einen Fangkorb aus Metall gepustet. Wie beim Ball-Golf geht es darum, eine Runde mit möglichst wenigen Würfeln zu spielen.

Disc Golf-Regeln

01. Ziel des Spiels ist es, an jeder Bahn die Scheibe mit möglichst wenigen Würfeln in den Zielkorb zu werfen.
02. Der erste Wurf an jeder Bahn erfolgt aus dem Abwurf-Feld. Anschließend wird von dort weitergespielt, wo die Scheibe liegen geblieben ist.
03. Der Spieler, der am weitesten vom Ziel entfernt liegt, ist immer als nächster dran.
04. Beim Abwurf muss sich ein Fuß hinter der Scheibe auf dem Boden befinden.
05. Eine Bahn ist beendet, wenn die Scheibe sich im Fangkorbbefindet.
06. Gewonnen hat der Spieler mit den wenigsten Würfeln.
07. Spieler dürfen nur werfen, wenn die Bahn vor ihnen frei ist. Fußgänger und Radfahrer haben stets Vorrang.
08. Auf dem Kurs darf kein Abfall weggeworfen werden.
09. Bäume, Äste und Sträucher sind Teil des Kurses und dürfen nicht weggebogen oder abgebrochen werden.
10. Nicht nur das Ergebnis, sondern vor allem der Spaß am Spiel ist wichtig. THE MOST FUN WINS!

Rückhandwurf - Grundtechnik

1 Ausholen



Zum Ausholen Oberkörper und Hüfte nach hinten drehen, Kniegelenkung aufbauen.

2 Werfen



Hüfte nach vorne drehen, die Scheibe gerade am Oberkörper vorbei beschleunigen und Richtung Ziel lenken.

3 Ausschlagen



Nachdem die Scheibe die Hand verlassen hat, mit dem gestreckten Körper ausschlagen.

Die Nutzung der Anlage erfolgt auf eigene Gefahr!



Hole	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Σ
Par	3	3	4	3	3	3	3	3	3	28
Meter	55	114	130	100	74	49	74	75	51	722