

Grünpflege Sportzentrum Rodheim – Sportallee



Liebe SG Mitglieder, liebe Helfer,

alle Jahre wieder wächst das Grün in unserer Sportallee und ruft uns zur Grünpflege auf. Für die Pflegemaßnahme benötigen wir wieder helfende Hände, damit wir die Beete fit für den Sommer machen können.

Wir wollen die Pflanzscheiben von Unkraut befreien, die Sträucher in Form bringen und die Parkbuchten säubern.

Samstag 8. Mai 2021
10.00 Uhr
Geschäftsstelle

Mitbringen solltet Ihr: gute Laune, Besen, Hacke, Schaufel, Gartenschere Arbeitskleidung/Handschuhe. Weiterhin werden auch noch Schubkarren und Eimer benötigt. Aufgrund der dann geltenden Hygiene- und Abstandsvorschriften ist es wichtig, dass jeder sein eigenes Werkzeug, Getränkebecher- oder Flaschen und Essen mitbringt.

Wer kann helfen?

Wir bitten um Rückmeldungen an: info@sgradheim.de, oder telefonisch unter 06007/2818.

Lieben Dank schon einmal für Eure Hilfe
Euer Vorstand

Abteilung Turnen: SGR Turnlandschaft zu Ostern gestartet

Corona bedingt beschränkt sich das SGR Sportangebot derzeit i. W. auf Online-Angebote und reglementierte Außensportangebote. Die SG Rodheim freut sich daher, Euch in den Zeiten der Pandemie ein weiteres Sportangebot anbieten zu können. Durch das Engagement unserer Übungsleiterin **Antje Brendel** und der Genehmigung der Stadt Rosbach ist es für unsere Vereinsmitglieder möglich, in der Sporthalle eine **Turnlandschaft für Kinder** zu buchen.



Um eine Zeit zu buchen bzw. zu reservieren, schickt bitte eine Mail an turnlandschaft@sgradheim.de mit Angabe des Wunschtermins (inkl. möglicher Alternativtermine), der teilnehmenden Personen mit Namen, Vornamen und der Angabe wer Mitglied ist. Weitere Informationen u.a. zu den Nutzungsbedingungen findet Ihr auf der SGR Homepage.

Abteilung Leichtathletik: Sportabzeichenabnahme 2021

Unter Einhaltung aller Corona-Regeln vom DOSB, Land Hessen und der SG Rodheim nimmt das Sportabzeichenteam der Abtl. Leichtathletik ab Mai wieder Prüfungen für das Deutsche Sportabzeichen ab - vorrangig für die, die das Sportabzeichen beruflich, für's Studium, für THW, Feuerwehr, Rettungsdienst brauchen. Das feste Prüferteam besteht erstmal aus vier Prüfern - neu im Team: Conny Fuß!

Die Trainings- und Abnahmezeiten sind ab **Mai bis September** immer **dienstags ab 18:30 Uhr** an der Sportanlage Rodheim. Wenn es regnet, fällt das Treffen wegen Unfallgefahr auf der Sportanlage aus.

Wer teilnehmen möchte, muss sich spätestens jeweils am Abend davor (Mo) unter sportabzeichen@sgridheim.de für den Prüftermin (Di) anmelden. Diejenigen, die sich zuerst anmelden und nach zu dem Zeitpunkt aktuell gültigen Pandemie-Regeln kommen dürfen, bekommen eine Bestätigungsmail. Das Team hofft, dass bis September jedem die Abnahme ermöglicht werden kann. Information zum Deutschen Sportabzeichen gibt es unter <https://www.deutsches-sportabzeichen.de>.

Ansprechpartner in der SG Rodheim: **Uwe Steib** (0179 3546169) & **Burkhard Strasheim** (0151 59492382)

Parallel zum Sportabzeichentraining findet ab der Rodheimer Sportanlage ganzjährig auch der Lauftreff statt - für Ausdauertraining.

Abteilung Fussball: Speed Academy Performance Oster Camp in Rodheim

Vom 06.04. bis 09.04.2021 in der ersten Osterferienwoche fand in Rodheim nun zum zweiten Mal das **Speed Academy Performance Camp** statt – natürlich unter Beachtung der geltenden Corona Auflagen. 43 Teilnehmer aus 5 Altersklassen von 10 verschiedenen Vereinen der Region trainierten täglichen von 10 bis 13 Uhr bei eisigen Temperaturen und widrigen Wetterbedingungen. Dem Spaß und der Trainingsqualität jedoch tat dies keinen Abbruch.

Das intensive Training umfasst täglich folgende Bereiche: Athletik, Kognition und Technik & Taktik. Die Ziele der Trainingseinheiten sind:

- die Verbesserung der Handlungsschnelligkeit und der Bewegungsqualität
- das Erlernen von fußballspezifischen Sprint- und Lauftechniken
- die Förderung der Spielintelligenz und
- das Trainieren der sportartspezifischen Athletik und Mobility.

Dabei erfolgte eine individuelle Leistungsdiagnostik aller Teilnehmer in den Bereichen Sprint- und visuelle Leistungsfähigkeit. Im Bereich der Sprintleistung wird der Antritt, das Beschleunigungsvermögen sowie die Grundschnelligkeit analysiert. Im Bereich der visuellen Leistungsfähigkeit wird die Wahrnehmung und Verarbeitung sowie das periphere Sehen gescreent.

Alle Trainingseinheiten werden durch High-Tech-Equipment wie Fitlights, Exerlights oder Stroboskop-Brillen unterstützt. Damit werden die kognitiven Fähigkeiten der Sportler auf hohem Niveau effektiv und effizient gefördert. Denn Geschwindigkeit beginnt im Kopf!

Glückliche, ausgepowerte Kids haben eine tolle und effektive Woche verbracht, bei der der Spaß nicht zu kurz kam. Die SG Rodheim bedankt sich bei Tutku Bagriyanik und seinem Team!

Weitere Informationen zur Speed Academy finden sich unter:

<https://speedacademy-frankfurt.de>

