



Sportkegelklub 1910 Helmbrechts

Homepage: <http://www.skk1910helmbrechts.de/>

Wir suchen Keglerinnen und Kegler

„Alle Neune“

oder neun gute Gründe Mitglied in unserem Kegelklub zu werden

1. Kegeln ist in allen Bevölkerungsgruppen populär – ein echter Volkssport. Für Kinder, Frauen und Männer jeglichen Alters. Deshalb ist Kegeln ein idealer Sport für die ganze Familie.
2. Der richtige Auflagepunkt, die richtige Kugelgeschwindigkeit. Beim Kegeln kommt es auf Präzision an. Und somit auf die richtige Technik, also auch auf eine gute Koordination.
3. Kegeln ist ein Ausdauersport. Je nach Disziplin wird über eine Distanz von von 100, 120 oder 200 Kugeln gespielt. Eine Trainingseinheit dauert über eine Stunde. Das hält fit.
4. Auch die Spannung bei Wettkämpfen sorgt für ein gutes Herz-Kreislauf-Training. Viele Punktspiele oder Einzelwettbewerbe werden erst mit den letzten Kugeln entschieden.
5. Beim Kegeln wird nicht nur der ganze Körper trainiert. Wenn die Keglerinnen und Kegler 120 mal Anlauf nehmen, kommt der Geist nicht zu kurz. Circa 40 Minuten heißt es „Volle Konzentration“.
6. Bei der schönsten Nebensache der Welt wird alles andere nebensächlich. Für viele Keglerinnen und Kegler steht fest: „Nirgendwo kann man sich besser vom Alltag abschalten, als auf der Kegelbahn“.
7. Einige spielen nur in der Mannschaft, andere nehmen nur an Einzelwettbewerben teil. Die meisten machen beides, weil Kegeln sowohl eine faszinierende Mannschafts- als auch Einzelsportart ist.
8. Immer besser werden. Wer will das nicht ? Das Schöne beim Kegelsport ist, dass die Zählgeräte auf den Trainingsbahnen die Ergebnisse, die Leistungsfortschritte von Breiten- bis Leistungssportlern auf den Punkt genau anzeigen.
9. Kegeln ist eine Allwetter- und somit auch eine Ganzjahressportart. Kegeln eignet sich besonders auch für Sportler, die ihren Sport witterungsbedingt in der kalten Jahreszeit nicht ausüben können, aber fit bleiben wollen.

Im ersten halben Jahr wird durch unseren Klub kein Mitgliedsbeitrag erhoben. Wenn Sie Interesse haben oder Fragen zum Kegelsport, bitten wir um eine Kontaktaufnahme entweder in der Kegelbahn SKV Helmbrechts in der Haide 18 während unseres Trainingsabends am **Dienstag ab 18.00 Uhr**.

oder **telefonisch**

oder **email:**

an: Gerlinde Groh
an: Werner Bußler
an: Birgit Wunner
an: Gerlinde Groh

09252-5578 (abends oder vormittags)

wbussler@t-online.de

hausmeisterfrank@t-online.de

gerlinde.groh@gmx.de

Wir hoffen auf Ihr Interesse und freuen uns auf Ihre Nachricht !!!