

Spartenbericht 2023 *BSG Rheinpark e.V. Sparte Squash*



Berichterstatter/Spartenleiter(in):	Jan Schmelzer / Jan Schmelzer
Trainingstermine/-ort:	Sportcenter Kautz; Rhöndorfer Strasse 10-13; 50939 Köln Spielzeiten: jeden Donnerstag 18.30 Uhr – 21.00 Uhr (außer an Feiertagen)
Bestandsentwicklung:	Stand 06.12.2023: 19 Mitglieder, davon aktiv: 16
Sportliche Aktivitäten:	Squashtraining Spielformentraining Squashwettbewerbe (Einzel/Doppel)
Trainingsprogramm:	Aufwärm-/ Dehnprogramm Bost - Long Line - Übungen diverse Aufschlag/ Rückschlag - Übungen unterschiedliche Spielformen im Wettbewerb (Eins gegen Eins; Doppel; ...) Videostudie von Profispielen zum Verbessern der Spieltechnik
Besonderheiten in 2023:	Weihnachtsfeier 2022/23 fand Januar 23 im Restaurant Hardy Kugel statt (bei sehr leckerem Essen und guten Getränken) Freizeitaktivitäten (gemeinsames Grillenevent in einer Grillschule) Teilnahme von Spielern an diversen Squash Turnieren bzw.
Ausblick für 2024:	Weihnachtsfeier 23/24 findet im Januar 2024 statt. Teilnahme an mehreren Squash Turnieren; Ein Sommerfest der Sparte ist geplant!
Spartenleitung:	Jan Schmelzer