April 2022

Taekwondo | USV beim Kadertraining Technik des TVBB

11.04.2022 - 16:11

Foto: privat

Acht Sportler:innen aus unserem Verein nahmen Anfang April im Rahmen der Kadermaßnahme des TVBB an leistungsdiagnostischen Tests im Bereich Maximal- und Reaktivkraft teil. In der Sporthalle der Universität Potsdam am Olympiastützpunkt führten Artjom Sergeev und Berno Bahro von der Universität Potsdam, Bereich Sportwissenschaften die Tests durch, bewerteten diese und gaben anschliessend Hinweise zur nachhaltigen Trainingsoptimierung.

Weiterlesen … Taekwondo | USV beim Kadertraining Technik des TVBB

USV Potsdam | Übungsleiter*in Seniorensport gesucht

07.04.2022 - 13:28

Unsere "Seniorensportgruppe am Stern" sucht ab sofort eine/n motivierte/n Übungsleiter:in zur Anleitung eines seniorengerechten Sports für eine Ü65-er Gruppe. Trainingsinhalte sind allgemeine sportliche Übungen, Rückenschule und Gymnastik. Das Training findet einmal pro Woche immer montags am Stern statt.

Weitere Informationen finden Sie hier.