



Jugend Volleyballcamp in Osterferien

Möchtest du dein Volleyballspiel während der Osterferien auf das nächste Level bringen? In unserem Camp steht intensives Volleyballtraining im Mittelpunkt – mit frischen Ansätzen und japanischen Trainingsmethoden, die dir eine völlig neue Perspektive auf das Spiel geben!

Zusätzlich bekommst du wertvolles Wissen über gezieltes Krafttraining und Körpermechanik. Basierend auf den Prinzipien von Rheingym vermitteln wir dir nicht nur effektive Übungen, sondern auch ein besseres Verständnis dafür, wie du dein Training optimieren und langfristig davon profitieren kannst.

mit sportlichen Grüßen
Leo (Veranstalter)

[Mehr Infos](#)