



INFO-VERANSTALTUNG

Ü45 AUFGEPASST – TUS BRAKE GOES:

WALKING FOOTBALL

– EINE „LANGSAMERE“ VERSION DER WUNDERBARSTEN SPORTART DER WELT



Du bist leidenschaftlicher Fußballfan und hast schon immer gerne gegen den Ball getreten?



Dir ist das Verletzungsrisiko im klassischen Tempo-Fußball zu groß, Du willst aber nicht auf echten Teamsport und Bewegung verzichten?



Dann haben wir hier vielleicht genau das Richtige für Dich und Deinen Bewegungsdrang: **WALKING FOOTBALL**

WARUM WALKING FOOTBALL?

Bewegung soll Freude machen – körperliche Aktivität funktioniert auf Dauer nur, wenn die Bewegung Freude bereitet. Daher ist **WALKING FOOTBALL** eine tolle Möglichkeit, sich – egal in welchem Alter und in welchem Tempo – fußballerisch zu betätigen, fit zu halten und in geselliger Runde im Team zusammen zu sein. Im Gegensatz zum herkömmlichen Fußball ist die Belastung beim **WALKING FOOTBALL** gut steuerbar. Denn der Spaß kommt garantiert nicht zu kurz.

DAS IST DIE WICHTIGSTE REGEL BEIM WALKING FOOTBALL:

Laufen ist dabei streng untersagt. Zu jedem Zeitpunkt des Spiels muss mindestens ein Fuß am Boden sein. Zudem gilt es zu beachten: Der Ball darf maximal hüfthoch gespielt werden, es gibt kein Abseits, keinen Torwart, Grätschen und Tacklings sind verboten.

DIE REGELN IM ÜBERBLICK:

- 1 _ Nicht laufen – nur gehen
- 2 _ Der Ball darf nicht über Hüfthöhe gespielt werden
- 3 _ Harter körperlicher Kontakt und Fouls sind verboten
- 4 _ Es wird ohne Abseits gespielt
- 5 _ Es wird ohne Torwart gespielt
- 6 _ Spielerzahl: Sechs gegen Sechs (flexibel)
- 7 _ Die Platzgröße ist flexibel (ca. 42 x 21 Meter)
- 8 _ Die Torgroße ist flexibel (ca. 3 x 1 Meter)



WIR HABEN DEIN INTERESSE GEWECKT?

Am **FREITAG, DEN 05.08.2022 AB 18.00 UHR** findet eine **INFORMATIONSVANSTALTUNG** zum Thema **WALKING FOOTBALL** mit anschließendem **PRÄSENTATIONSSPIEL** in der Küchen-Trend-Sport-Arena Brake. Wir sehen uns!

Programm Freitag, 05.08.2022 | ab 18.00 Uhr

18.00 Uhr _ Diskussionsrunde **WALKING FOOTBALL** unter Leitung von Peter Garstecki (Abteilungsleiter „Altliga“ beim DSC Arminia Bielefeld) und Jörg Pundmann (Abteilungsleiter Fußball TuS Brake)

19.00 Uhr _ Präsentationsspiel Walking Football AllStars Brake gegen Walking Blues (Walking Footballer des DSC Arminia Bielefeld)

Mit freundlicher Unterstützung von:

KüchenTrend

INFOGRAPHIK

hk group

networker