

## Sportkegeln

### Gemeinsam eine ruhige Kugel schieben?

Der Nordhäuser Sportverein e.V. bietet euch die Möglichkeit auf dem Gelände der Rothleimmühle unter fachkundiger Betreuung das Sportkegeln kennenzulernen und auszuprobieren.



Es erfolgt eine gemeinsame Erwärmung die ca. 15 min. dauert, mit anschließender Vermittlung der Kegeltechnik durch die betreuende Person Vorort und erste Übungen ohne Kugel. Anschließend wird die Gruppe auf vier Bahnen aufgeteilt und es folgt der spielerische Wettkampf im Team.

|                         |   |
|-------------------------|---|
| <b>Dauer:</b>           | ca. 1,5 Stunden   |
| <b>Zielgruppe:</b>      | Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren und Familien<br>mindesten 4 bis maximal 12 Teilnehmende |
| <b>Wegbeschreibung:</b> | auf dem Gelände der Rothleimmühle   |
| <b>Besonderheiten:</b>  | Sportbekleidung und Turnschuhe mit heller Sohle, die nicht im Außenbereich getragen werden  |