

10 Gründe für Badminton bei der TSG Heilbronn



1. Badminton ist nach dem Laufen die wirkungsvollste Trainingsform für das Herz-Kreislaufsystem. Schon zweimal pro Woche eine halbe bis eine volle Stunde reichen aus, um das Fitness-Niveau um einiges zu steigern.
2. Badminton kann man fast überall spielen. Auch bei der TSG Heilbronn. Bis zu fünf Mal die Woche!
3. Badminton ist preisgünstig. Wenn Sie bei der TSG Heilbronn Badminton spielen, kostet der Jahresbeitrag für Erwachsene 128,50 €/Jahr. Bei zweimaligem Training pro Woche á zwei Stunden entspricht das einem Preis von unter 1,- €/Stunde, Betreuung und Federbälle inbegriffen. Sportschuhe haben die meisten und Schläger kosten auch nicht die Welt: gute Anfängerschläger sind ab 20,- € im Verein erhältlich.
4. Badminton ist ein Verbrennungsmotor. Der Körper verbrennt viele Kalorien, ohne das man es merkt. Abnehmen und dabei noch Spaß haben – wo gibt es das schon? Man ist dauernd in Bewegung – anders als in Mannschaftssportarten. Wo man häufig nicht aktiv in das Spielgeschehen eingreifen kann.
5. Badminton heißt auch, dass Sie das Spieltempo selbst bestimmen können und keine Angst vor Überbelastung zu haben brauchen. Man spielt zu zweit oder zu viert, mit Freund oder Freundin. Miteinander – gegeneinander. Spaß ist dabei.
6. Badminton ist eine kommunikative Sportart. Unser Verein veranstaltet Jux-Turniere, Meisterschaften, Turnierbesuche bis hin zu allgemein geselligen Veranstaltungen. Nette Leute

kennen lernen – beim Badminton kein Problem.

7. Badminton ist anspruchsvoll und einfach zu gleich. Bei Anfängern kommt ein Ballwechsel schnell zu stande – aber bis zum Badminton auf hohem Niveau ist es ein weiter Weg.
8. Badminton spielen kann man in jedem Alter: von 7 bis 70 – und sogar gemeinsam! Das gibt es in kaum einer anderen Sportart.
9. Badminton ist in. Tennis und Squash sind in vielen Bereichen rückläufig – aber Badminton boomt. Fit werden durch Badminton ist der Trend, denn Badminton trainiert Körper und Geist.
10. Badminton-Fans gibt es überall und man ist in guter Gesellschaft. Die olympische Sportart zieht immer mehr in ihren Bann, und wer schon mal ein Top-Turnier – vielleicht sogar in Asien – als Zuschauer erlebt hat, wird von der Sportart nicht mehr loskommen.

Weitere Informationen gibt's bei Abteilungsleiter Thomas Herrmann unter Telefon 07132. 343870.