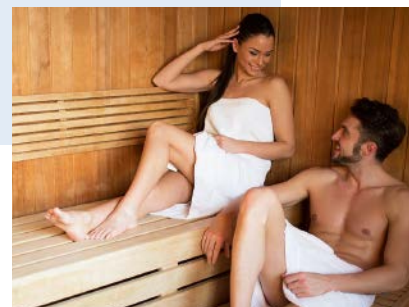




Angebote für Sport, Regeneration und Teambuilding

Inhaltsverzeichnis

Indoor	3
Lageplan Indoorbereich	4
4-Felder-Halle (Übersicht).....	5
- Großfeld	6
- Umbau für Turnen	7
- 4 Kleinfelder	8
2-Felder-Halle	9
Gymnastiksaal	10
Kampfsportraum	11
Fitness- und Kraftraum	12
Turnhalle	13
 Outdoor	 14
Lageplan Outdoorbereich	15
Leichtathletikanlage	16
 Regenerations- und Wellnesszentrum VITALION	 17
 Programmbausteine	 18

Indoor

Das Ensemble unserer Sporthallen macht einen großen Teil der Landessportschule aus. Jede einzelne präsentiert sich mit hervorragender Funktionalität und Ausstattung. Damit bieten wir Raum und bestmögliche Bedingungen als Austragungsort für nationale und internationale Trainingscamps und Wettkämpfe. Als eine der modernsten Sportschulen Deutschlands verfügen wir über 3.500 Quadratmeter Hallennutzfläche.

4-Felder-Halle



2-Felder-Halle



Gymnastiksaal



Kampfsportraum



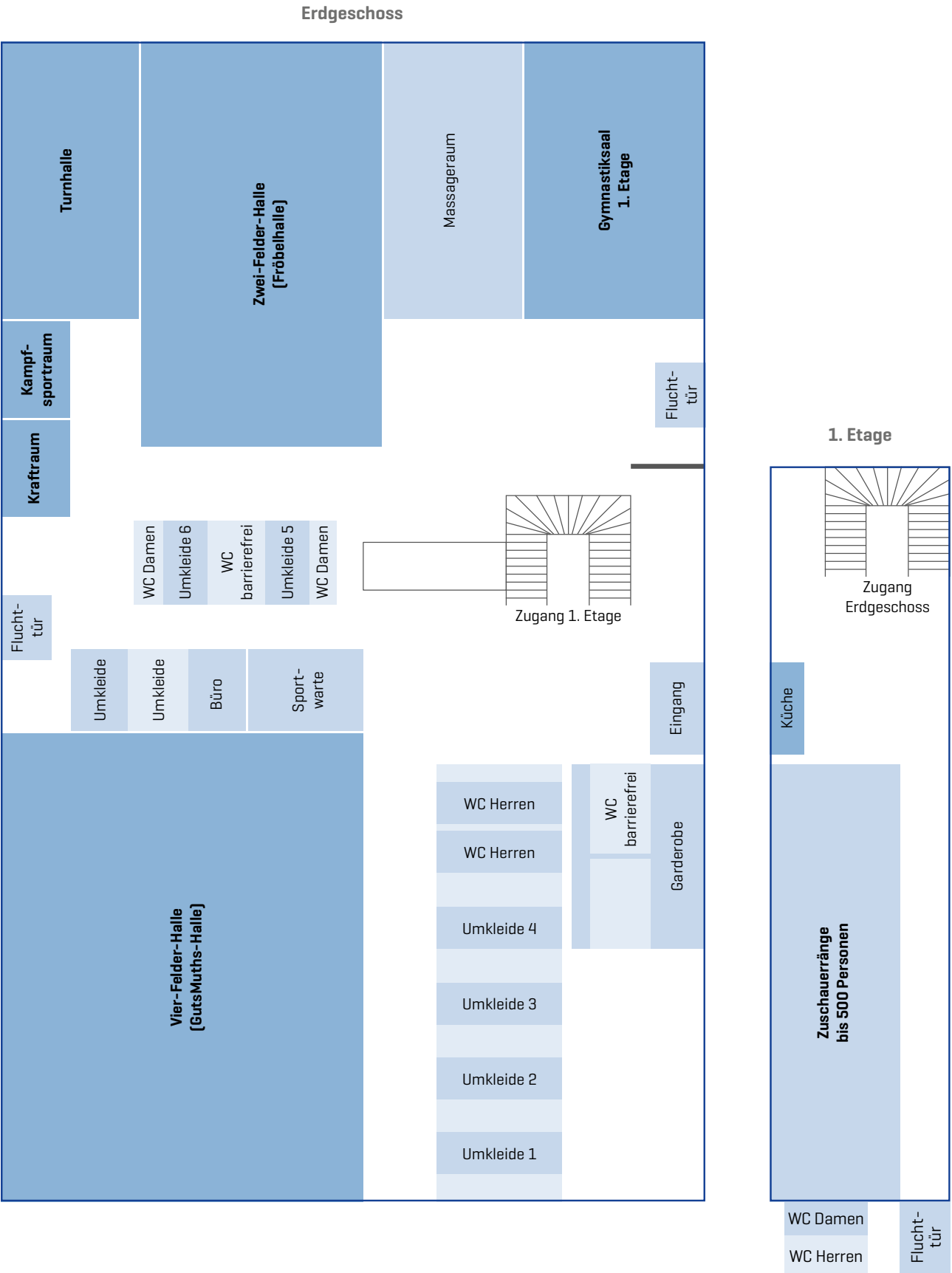
Fitness- und Kraftraum



Turnhalle

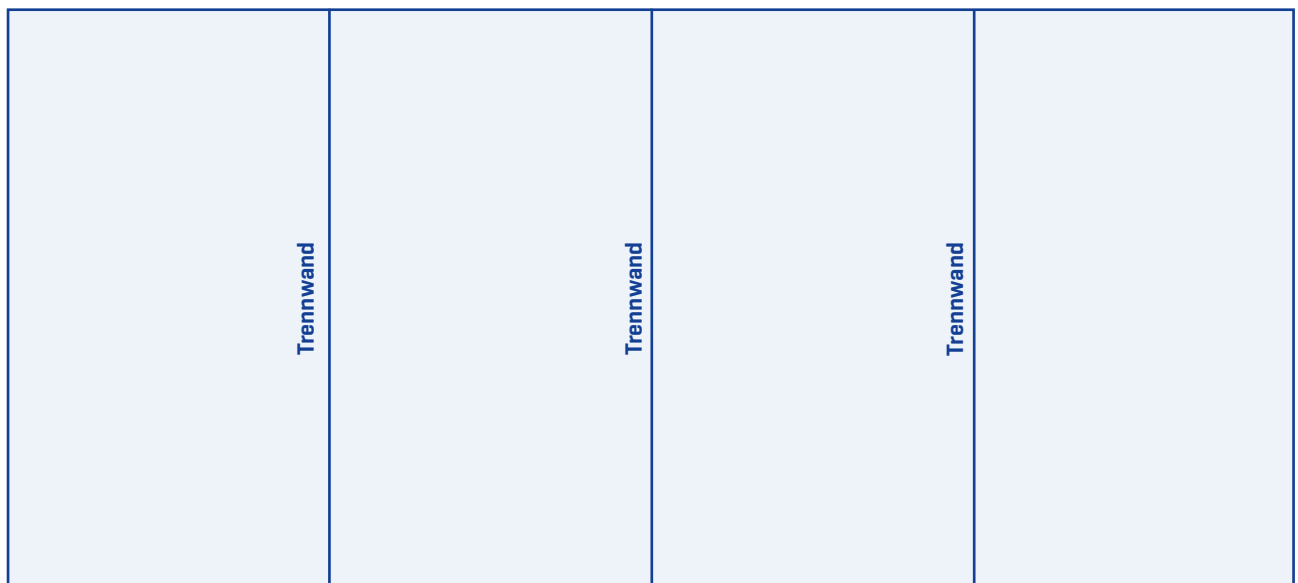


Lageplan Indoor-Bereich



4-Felder-Halle

Eigenschaften	
max. Hallenfläche	60 x 27 m
Hallenhöhe	9 m
Zuschauerränge	bis max. 500 Personen
Boden	Doppelschwingboden Fußbodenheizung
Equipment	Videoanalyse Coaching Eye, Sprecheranlage fix & mobil
Sportarten	
Ball	Volleyball, Basketball, Fußball, Handball, Tischtennis, Faustball, Hockey, Badminton, Tennis
Turnen	Ringe, Sprossenwände, Kletterseile, Aufbau möglich von Longe, Pferd, Sprung- tisch, Balken, Barren, Stufenbarren, Spann- stufen- und Hülsecke, mobiles Trampolin, Reuterboden
Kampfsport	460 Matten vorhanden
weitere	Leichtathletik, Bogensport



Großfeld
40 x 20 x 9 m



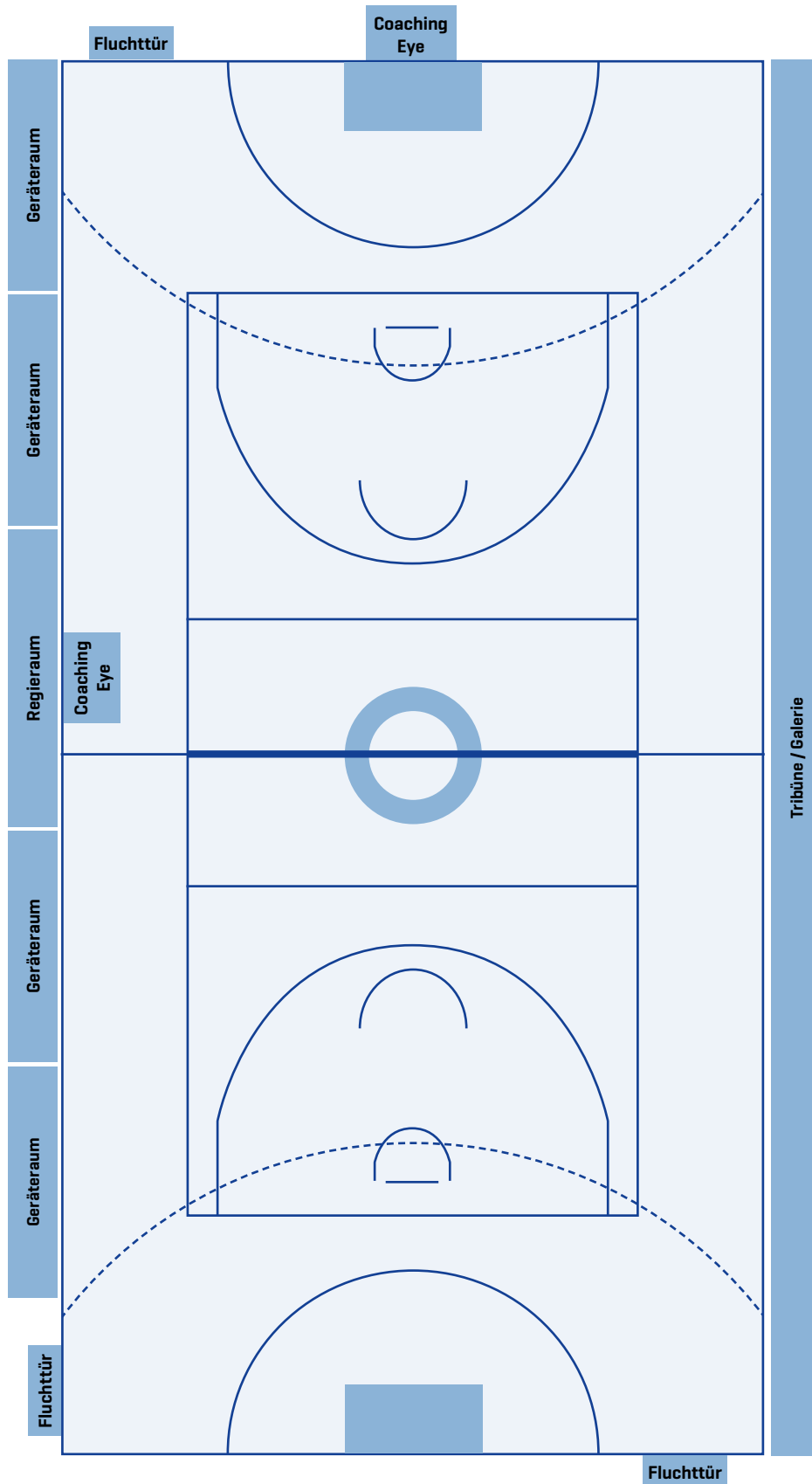
Umbau für Turnen
60 x 27 x 9 m



4 Kleinfeld
je 13,6 x 25 x 9 m

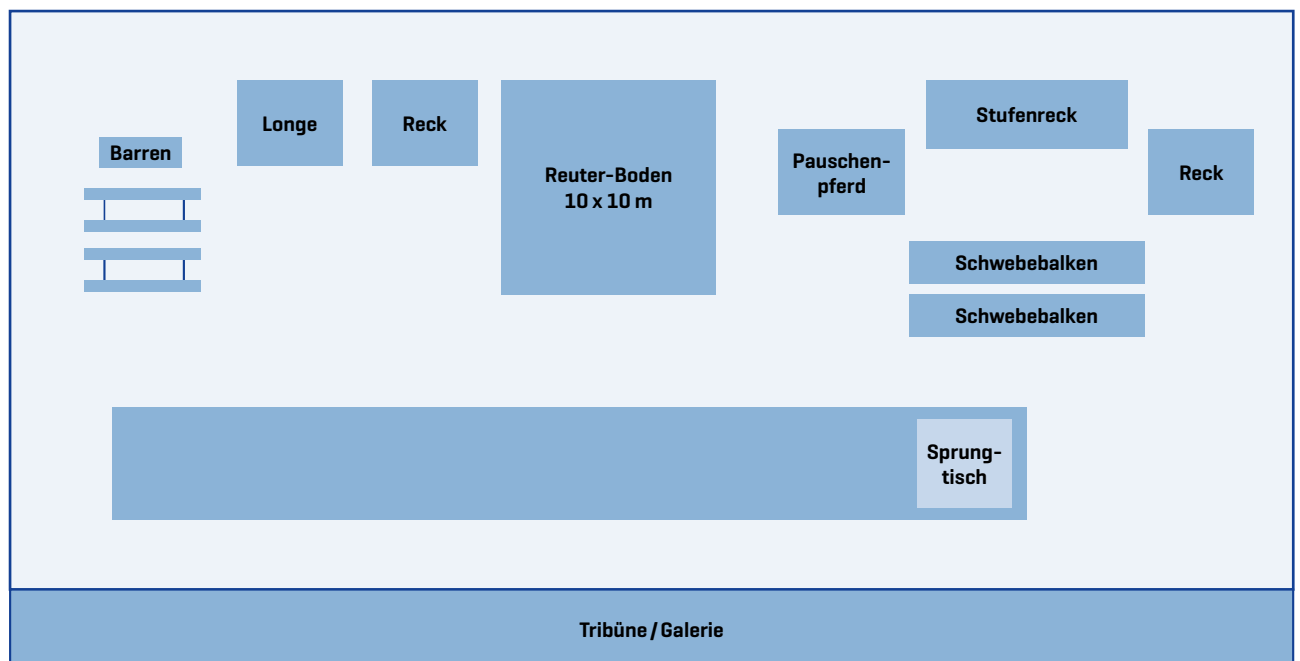


4-Felder-Halle (Feld 2-4) Großfeld 40 x 20 x 9 m



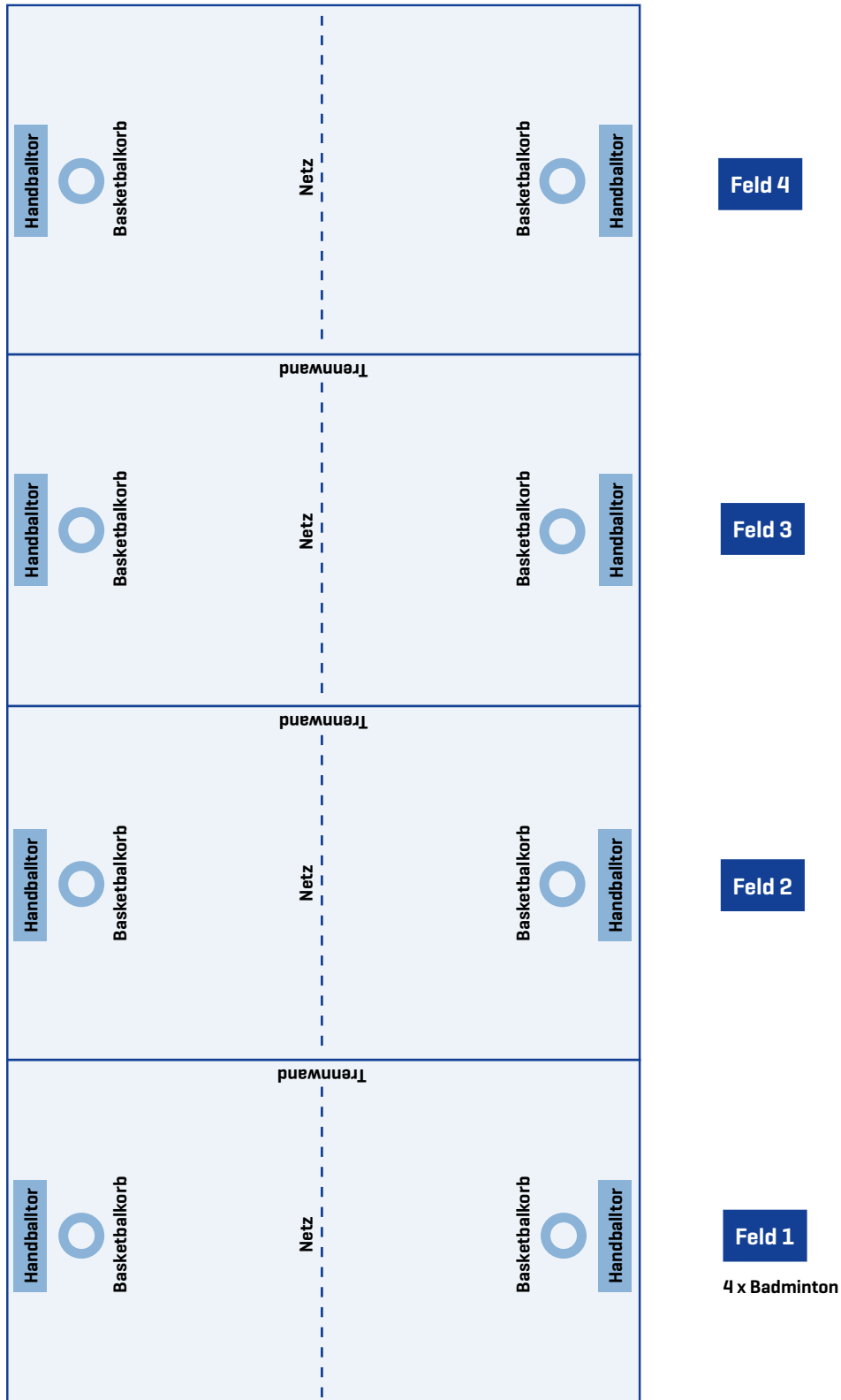
4-Felder-Halle

Umbau für Turnen 60 x 27 x 9 m



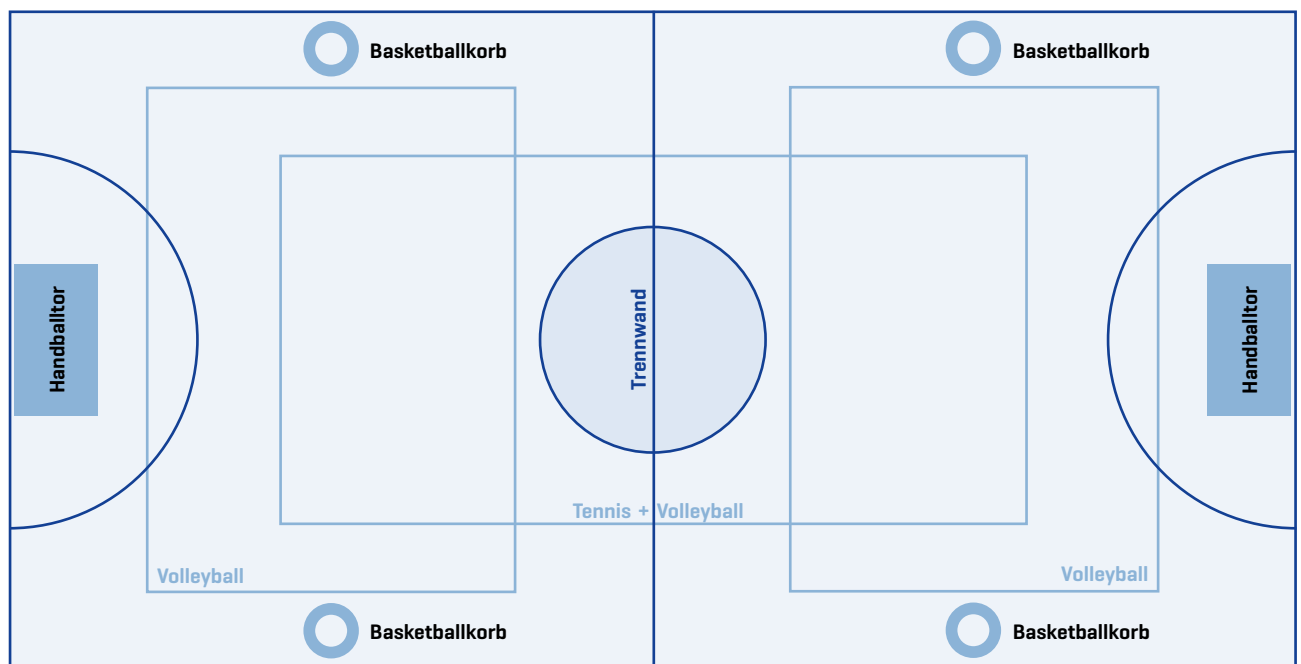
4-Felder-Halle

4 Kleinfelder je 13,6 x 25 x 9 m



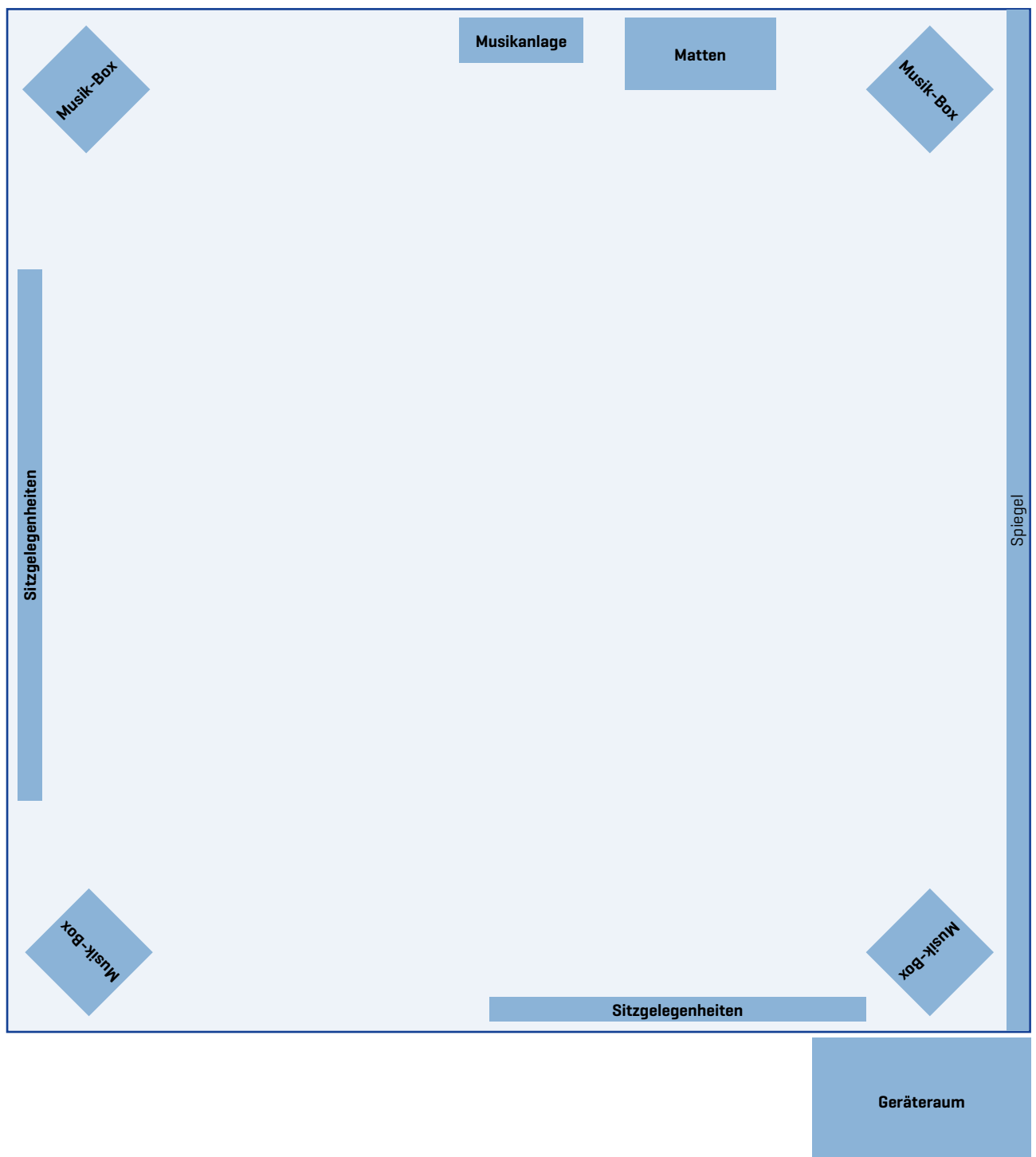
2-Felder-Halle

Eigenschaften	
max. Hallenfläche	39 x 20 m
Hallenhöhe	8 m
Boden	Fußbodenheizung
Sportarten	
Ball	Volleyball, Fußball, Handball, Tischtennis, Hockey, Faustball, Tennis, Basketball [2 x Kleinfeld]



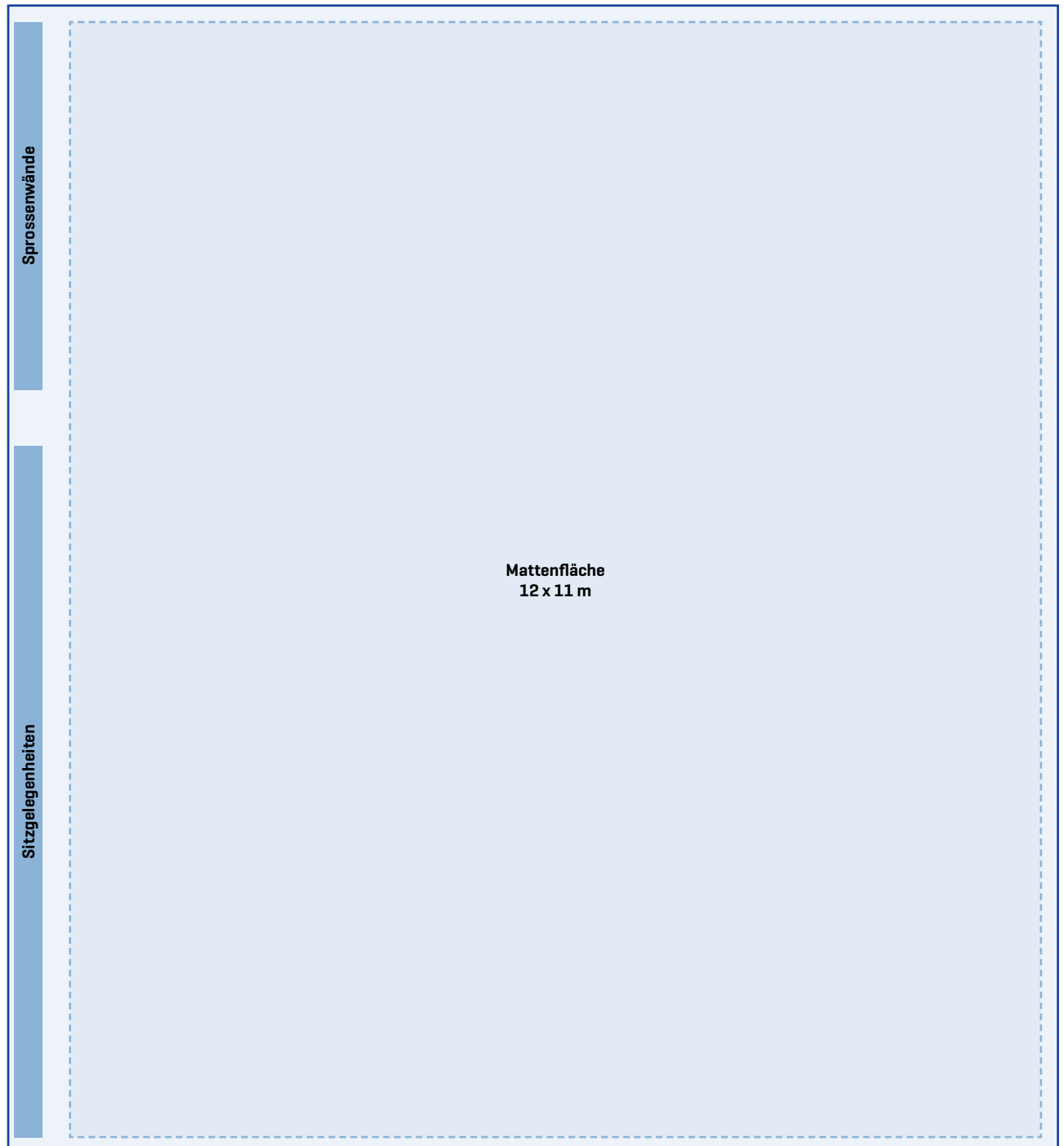
Gymnastiksaal

Eigenschaften	
max. Hallenfläche	11 x 11 x 5 m [245 m ²]
Besonderheiten	Parkettboden, Schwingboden, Spiegelfront, integrierte Musikanlage, Step-Bretter, Isomatten, Pezzibälle
Sportarten	
Gymnastik, Aerobic, Step-Aerobic, Tanzen, autogenes Training, Entspannung	



Kampfsportraum

Eigenschaften	
max. Fläche	11 x 12 x 6 m
Besonderheiten	max. Fläche von 100 m ² Ringer- und Judomattenauslage
Sportarten	
Judo, Ringen, Karate, Boxen, autogenes Training	



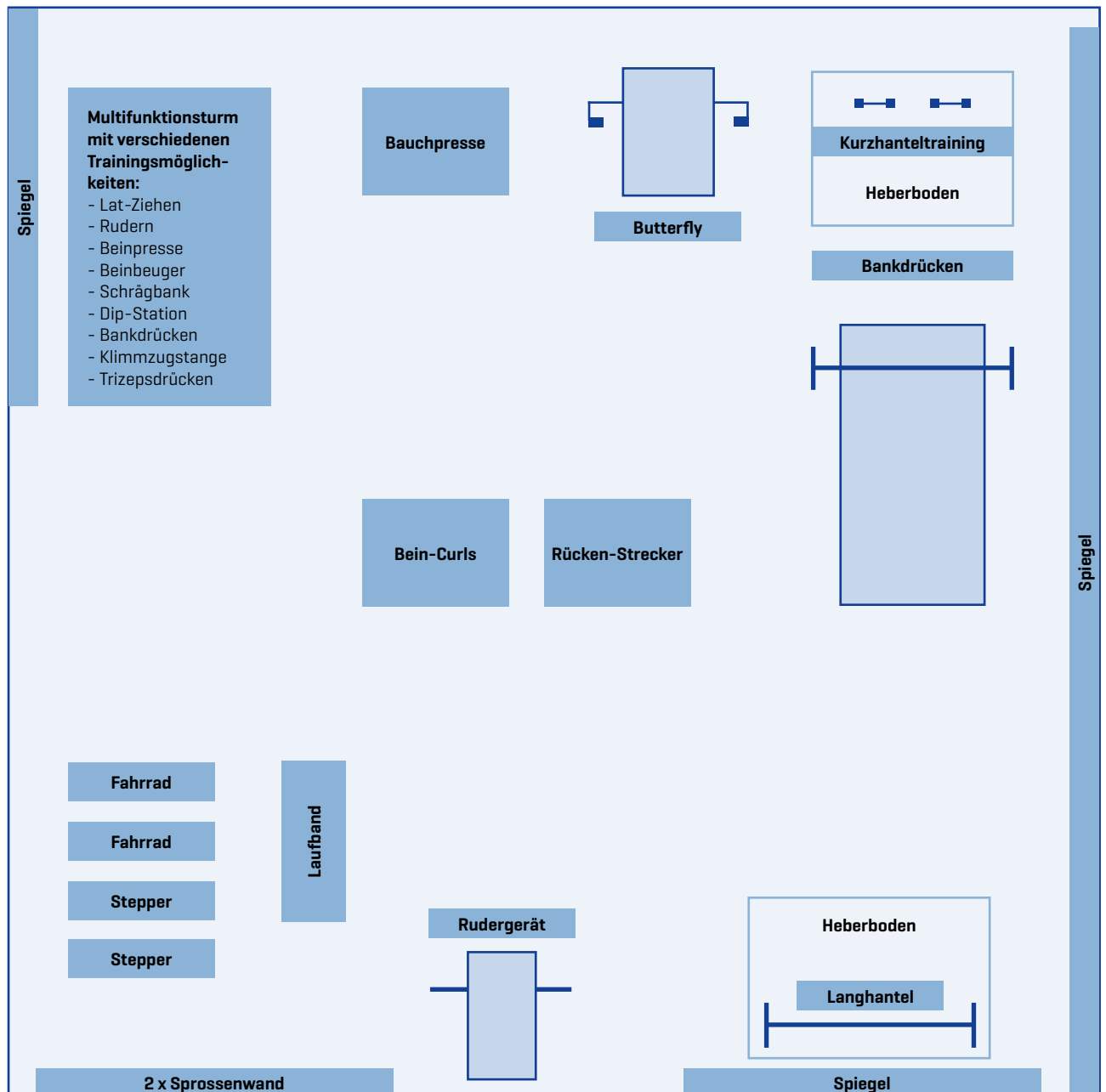
Fitness- und Krafraum

Eigenschaften

max. Fläche	12 x 12 x 5 m [120 m ²]
Besonderheiten	Spiegelfront, 2 Heberböden, Cardiogeräte und Freihantelbereich

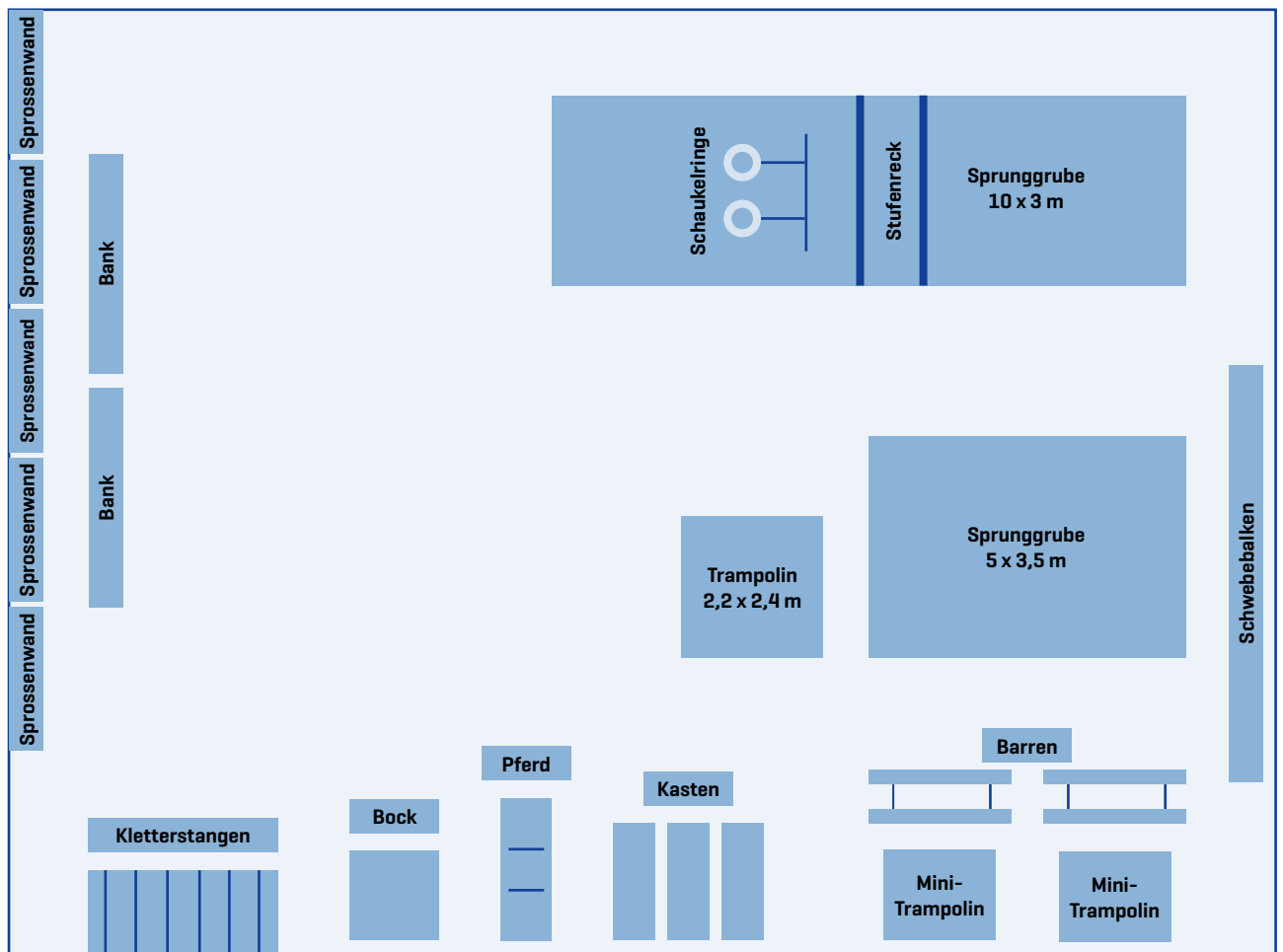
Sportarten

Kraft- und Ausdauertraining



Turnhalle

Eigenschaften	
max. Hallenfläche	20 x 15 x 7 m [120 m ²]
Besonderheiten	2 Schaumgummigruben, Longe, Pferd, Sprungtisch, Balken, Barren, Stufenbarren, Spannstufen- und Hülssenreck, Kletterstangen, Kletterseile, Sprossenwände, Mobiles Trampolin



Outdoor

Der Outdoor Sportbereich ist ein Highlight der Landessportschule. Mit 15 Hektar Gesamtfläche bietet er großzügige Möglichkeiten für Wettkampf, Training und Freizeit.

5 Naturrasenplätze (1 x mit Flutlicht)



1 Kunstrasenplatz mit Flutlicht



Leichtathletikanlage



3 Beachvolleyballplätze



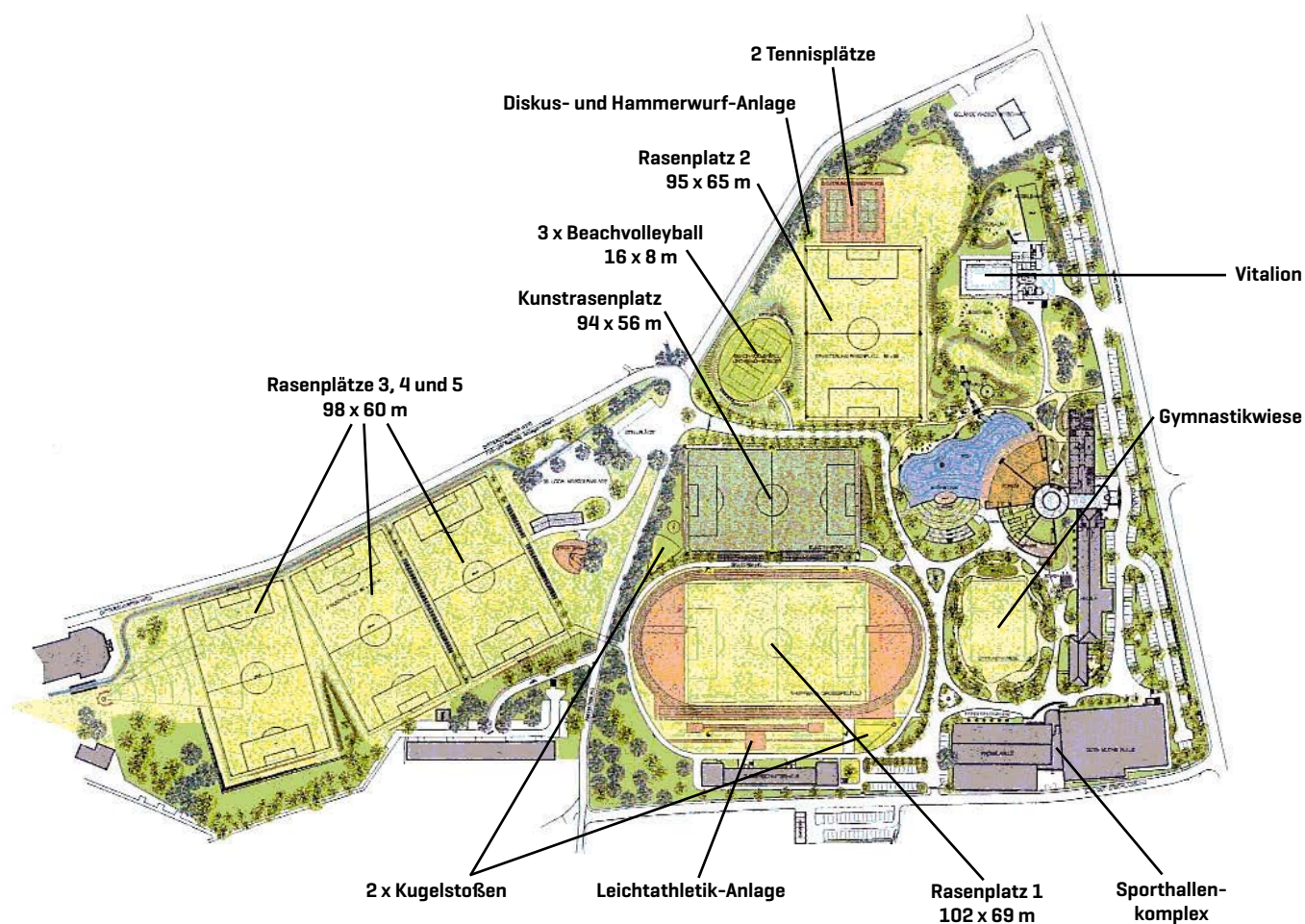
2 Tennisplätze



Gymnastikwiese



Lageplan Outdoor-Bereich



Naturrasenplätze 1-5

Rasenplatz 1 mit Flutlicht

Kunstrasenplatz

neueste Generation, Gummigranulatfüllung, Flutlicht
Videoanalyse Coaching Eye, Fußballtennis

Leichtathletikanlage

4 x 400 m und 6 x 100 m Kunststoff-Laufbahn,
2 Weitsprunganlagen, Hochsprunganlage, Stabhochsprung-
anlage, Werfering, 2 Kugelstoßanlagen, Skaterrundlauf,
Tribüne mit Sitzgelegenheiten, Toiletten,
6 Umkleidemöglichkeiten und Organisationsbüro

3 Beachvolleyball-Plätze

lehmfreier Quarzsand, Strom und Wasser direkt an der Anlage,
umliegende Hügel als Zuschauerränge und Ballfangschutz

2 Tennisplätze

Ziegelmehlbelag

Sonstiges

Nordic Walking-Stöcke, 18 Haibike Mountainbikes, Crosslauf

Leichtathletikanlage

Eigenschaften

4 x 400 m und 6 x 100 m Kunststoff-Laufbahn,
2 Weitsprunganlagen, Hochsprunganlage, Stabhochsprung-
anlage, Werferring für Diskus und Hammer, 2 Kugelstoßanlagen,
Skaterrundlauf, Zeitmessenanlage

Sportarten

Lauf	Langlauf, Sprint, Hürden
Sprung	Weit, Hoch, Stabhoch
Wurf	Schlagball, Speer, Hammer, Diskus, Kugelstoßen

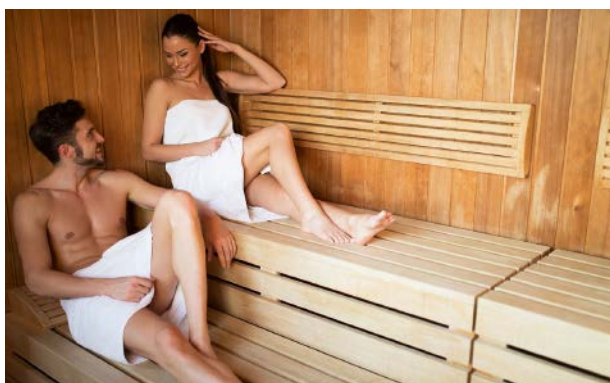


Regenerations- und Wellnesszentrum VITALION

Unser Regenerations- und Wellnesszentrum VITALION bietet eine großzügige Saunalandschaft mit Dampfbad, Tepidarium 60 °C, Trockensauna 90 °C, Erlebnisduschgang und Kaltwasserbecken. Neben dem Ruheraum und Relaxbereich mit Bar und insgesamt 38 komfortablen Liegen, kann bei warmen Temperaturen auch die Außenliegefläche genutzt werden. Darüber hinaus befinden sich im VITALION ein Entspannungsbecken (32 °C) mit Sprudelbänken, Massagedüsen und Gegenstromanlage sowie eine Infrarot-Kabine. In dieser „Oase der Ruhe“ kann man bei leiser Musik ganz entspannt dem Alltag entfliehen.

Unser Bewegungsbereich bietet eine Auswahl an professionellen Cardiogeräten, wie Crosswalker, Fahrradergometer, Liegebike und Rudergerät. Des Weiteren sind wir mit verschiedenen Kraftgeräten zur Stärkung der wichtigsten Muskelgruppen ausgestattet.

Entspannungsbereich



Bewegungsbereich



Kursraum



Programmbausteine

Mit unseren Angeboten versuchen wir Kinder und Jugendliche, aber auch Gästegruppen jeglicher Art an Sport und Bewegung heranzuführen. Zielsetzung ist es Mittels des Mediums Sport zu einem Leben in und mit Bewegung zu begeistern! Das Vermitteln von Werten ebenso wie von sozialen Kompetenzen spielt eine große Rolle bei unseren Angeboten.

Mit abwechslungsreichen Aktionen abseits des Alltags aktivieren wir den Teamgeist in einer Gruppe und fördern die Schlüsselkompetenzen jedes Einzelnen. Ausgehend von den individuellen Stärken erweitern wir ihren Erlebnishorizont, damit aus einer Gruppe ein Team wird.

Biathlonschießen



Bogenschießen



Floßbau



GPS Team-Tour



Mountainbike-Tour



Teamtraining



weitere Bausteine:

Sportworkshop, Slacklineworkshop, Crossgolf, Nachtwanderung, Schatzsuche, Yoga, Aquagymnastik, Entspannungskurse, u.v.m.