

Sie wollen drei Dinge auf einmal ? Geht das ?
Naschen, Spielen + Spannung oder doch eher Spaß, Spielen + Spannung ?

Das Überraschungs-Ei für Jugendliche und Erwachsene :

Tischtennis bei TTG DUWO-Lemsahl !

Was spricht neben Spaß, Spiel und Spannung noch für Tischtennis ?

1. Kein großer finanzieller Aufwand, neueste Tische und eine frisch renovierte Halle stehen uns zur Verfügung.
2. Ein Sport, der vielen von uns doch abwechslungsreicher und kommunikativer erscheint als beispielsweise nur Walking oder Jogging – trotz aller sonstigen Vorzüge.
3. Renommierte Mediziner entdecken gerade in jüngster Zeit wieder die besonderen gesunderhaltenden Qualitäten des Tischtennis:
Aufbau/Training & Erhaltung von Knochendichte und Muskelmasse bis ins hohe Alter.
Aufbau/Training & Erhaltung von Koordination und Reaktionsvermögen physisch und mental, d.h. Fitness für Körper und Geist bis ins hohe Alter*.

*Grundvoraussetzung ist immer

– das sei betont – gutes (und dämpfendes) Schuhwerk sowie ein behutsames Aufbau-Training, damit Sehnen, Bänder, Knochen und Muskeln - wie in jedem Sport - den Anforderungen beim Spiel gewachsen sind und dadurch fließende Bewegungen zu einer gesunden Dosis an Reizen führen, die unsere Gesunderhaltung unterstützen.

Wir sind ein bunt gemischter Haufen aus Jung und Junggeblieben, Jugendlichen, Damen und Herren. Beruf, Bildung, Ehrgeiz- und Altersniveau spielen keine Rolle, denn die doch teils recht interessanten Typen bei uns vertragen sich sehr gut miteinander (Kleine Meinungsverschiedenheiten am Abend bei Apfelschorle oder Gerstensaft bestätigen als Ausnahme die Regel).

Schauen Sie doch mal bei unseren Tischtennis-Abenden vorbei, oder noch besser: Informieren Sie sich unverbindlich über Spielmöglichkeiten und –bedingungen bei unserem freundlichen Abteilungsleiter, Herrn Wolfgang Berger

Tel. 040 / 600 36 10