NO-JUMP VOLLEYBAL
ALS SPRINGEN NIET MEER LUKT

ZATERDAG 11 JUNI, 15:30 - 16:30 UUR, LOCATIE: DICK VAN DIJKHAL 'IEDEREEN KAN MEEDOEN!'

Iedereen kan meedoen met No-Jump Volleybal

No-Jump Volleybal
De naam zegt het al, dit is volleyballen waarbij niet gesprongen mag worden. No-Jump Volleybal is daarom geschikt voor wie nog graag wil volleyballen, maar niet meer wil of kan springen vanwege lichamelijke klachten, bijvoorbeeld in rug, heupen, knieën of enkels.

Spelregels
Alle volleybalspelregels zijn nog van toepassing, met als extra voorwaarde dat je met twee voeten op de grond moet staan als je de bal speelt.
Het net hangt daarom iets lager, namelijk 2,20 meter voor heren, of 2,10 meter voor dames. De veldgrootte is nog steeds 9 x 9 meter voor ervaren spelers. Verder mag de bal niet met de voet(en) gespeeld worden.

Bij VollinGo
No-Jump Volleybal is nog heel nieuw en wordt nog niet op veel plaatsen gespeeld. Deze clinic bij 'Iedereen kan meedoen' is voor velen een eerste kennismaking.

In seizoen 2022-2023 wil volleybalclub VollinGo graag No-Jump Volleybal aanbieden. We zoeken hiervoor enthousiaste spelers die bijvoorbeeld 1 keer per week, of enkele keren per maand hiervoor samen willen komen bij ons in de sporthal De Zebra. Als dit je leuk lijkt, meld je dan aan via no-jump@vollingo.nl.

Volleybalclub VollinGo
Sporthal de Zebra | Gouda
no-jump@vollingo.nl