

Falls der Newsletter nicht korrekt angezeigt werden sollte, klicken Sie bitte *hier*



Newsletter des 

Liebe Sportfreundin, Lieber Sportfreund,

hier ist er wieder, der Volleyball-Newsletter. Wie immer gibt es kurz und knackig jede Menge Infos, nur zu unserem Sport. Er lohnt sich bis zur letzten Zeile!

Und falls Du auf ein Turnier hinweisen möchtest, einen Impuls weitergeben willst, eine geniale Übung oder sonst eine interessante Info für andere Volleyballer hast, dann ist dafür im nächsten Newsletter bestimmt noch Platz. Melde dich einfach kurz bei uns.



Viel Spaß beim Lesen wünscht dir das

*Newsletter-Team Volleyball*

IMPULS

## Ermutiger gesucht

Was wohl passieren würde, wenn wir uns das Ermutigen ganz weit oben auf die Prioritäten-Liste schreiben würden, wenn wir es zu einer Lebensaufgabe machten.

Wir würden uns regelmäßig darin üben, einander freundlich und mit Wohlwollen zu begegnen. Wir würden uns unterstützen, uns nicht von Problemen ins Bockshorn jagen lassen, sondern uns Mut zusprechen. [...]

Wir könnten uns dabei anfeuern, eigene Fähigkeiten zu entdecken und uns auch über die Erfolge anderer freuen. Und wir wären dankbarer und fröhlicher.

Ich glaube, wir hätten paradiesische Zustände.

Manchmal entdeckt man ein Stück dieses Paradieses schon heute. Wer bei sich selbst oder bei

anderen beobachten konnte, wie sehr Menschen aufblühen, wenn man ihnen Mut macht, ihnen Möglichkeiten aufzeigt und Begrenzungen nicht ganz so ernst nimmt, der weiß, wie viel Positives durch relativ kleinen Einsatz möglich ist.

„Freundliche Worte sind wie Honig – süß für die Seele und gesund für den Körper!“ Ich mag diesen Satz aus Sprüche 16,24 sehr. Überhaupt scheint in der Bibel Ermutigung kein ganz unwesentliches Thema zu sein. Die Aufforderung „sei mutig“ kommt quer durch die biblischen Bücher und Zeiten mit schöner Regelmäßigkeit vor. Wir Menschen scheinen das immer wieder hören zu müssen, weil wir uns wohl sehr routiniert in Sorge und Angst vergraben. Und wenn wir das immer wieder hören müssen und es brauchen, dass uns jemand Mut und Hoffnung zuspricht, scheint dort eine ziemlich große Aufgabe zu liegen. Vielleicht ist es sogar unsere Aufgabe?

Wie schön ist es doch, Teil einer Gemeinschaft zu sein, in der es schon viele Ermutiger und Ermutigerinnen gibt. Da gibt es Trainer, die mir zutrauen, dass ich diese Position gut spiele oder dass ich mit ihnen oder allein schon das Jugendtraining übernehme. Da gibt es Gegner, die das eigene Team nach der Partie loben und man gemeinsam im Anschluss schon die nächsten Volleyball-Turniere organisiert und plant. Klar, im Training, in der Organisation, auf dem Spieltag oder in der Teamsitzung gibt's auch mal dicke Luft. Aber wie gut ist es doch dann, wenn man wieder daran erinnert wird, dass ein kleines nettes Wort, das einem selbst gar nicht weh tut, Situationen so entschärfen kann, dass es danach positiver weiter geht.

In diesem Sinne: „Also geizen wir nicht mit Komplimenten, Lob und Zuspruch. Werfen wir mit freundlichen Worten um uns, als wären sie Konfetti. Setzen wir uns ein für mehr Zuversicht, mehr Dankbarkeit, mehr Liebe, mehr Mut! Und vielleicht wird es auf diese Weise doch noch etwas mit der Ermutigungsrevolution.

*Prause, Annegret, 2017(2). Unsere Welt braucht Ermutiger. Joyce.*



LK1 Spieltag in Althütte

## Die neue Saison hat begonnen!

Seit dem 11.11. läuft die aktuelle Saison 17/18. Wir wünschen euch viel Spaß und gute Begegnungen in euren Runden.

*Weitere Infos >>*

---

## Volleyball-Sammelbestellung

Braucht ihr für eure Mannschaft neue Bälle und wollt sie billiger bekommen? Dann meldet euch bis spätestens 10.12. bei Markus Kugler, denn, je mehr Bälle bestellt werden, desto günstiger bekommt ihr sie. Der momentane Preis liegt bei ca. 66 €.

*E-Mail an Markus*

---

## Checkliste für neue Mannschaften

Ihr seid neu in der Eichenkreuzliga und wisst noch nicht so genau wie ein Spieltag abläuft? Dabei können wir helfen: die Checklisten für ausrichtende und teilnehmende Mannschaften findet ihr ab sofort im Downloadbereich auf der Eichenkreuzliga-Website.

[Zum Downloadbereich >>](#)



Volleyball-Camp 2016

## Volleyball-Camp Kapf 2017

Jedes Jahr findet zwischen Weihnachten und Silvester das Volleyball-Camp auf dem Kapf statt. Es ist immer sehr schnell ausgebucht, also überlegt nicht lange und meldet euch an!

[Weitere Infos und Anmeldung >>](#)

### ÜBUNG DES QUARTALS

## Richtiger Anwurf des „Tennisaufschlags“

Jeder Spieler hat einen Ball und läuft damit prellend durch die Halle. Der Trainer ruft „Hop“ und die Spieler werfen den Ball hoch und fangen ihn.

Nach einigen gelungenen Durchgängen machen die Spieler zwischen Hochwerfen und Fangen folgende Aktionen:

- eine halbe Drehung
- hinsetzen
- hinsetzen und wieder aufstehen
- hinsetzen und Ball zwischen den gegrätschten Beinen aufprellen lassen, danach Ball fangen.

Ziel dieser Übung ist, den Ball immer höher und präziser zu werfen!

**Unterstützen Sie uns!**

[Jetzt Spenden >](#)

Newsletter [hier](#) verwalten und abbestellen.



Ihnen hat unser Newsletter gefallen?

Teilen Sie ihn doch mit Ihren Freunden auf Facebook!

[E-MAIL TEILEN >>](#)

### KONTAKT

Evangelisches Jugendwerk in Württemberg

Haerberlinstraße 1-3, 70563 Stuttgart

Telefon (07 11) 97 81-0

Telefax (07 11) 97 81-30

E-Mail: [info@ejwue.de](mailto:info@ejwue.de)

Geschäftsführer: Friedemann Berner