



## FAQ - Postis Ballschule

### Was ist Postis Ballschule?

In aufeinander aufbauenden Altersstufen und unter Anleitung qualifizierter Trainer bietet Postis Ballschule Kindern ab 2 Jahren eine professionelle, entwicklungsgerechte Ausbildung, bei der der Fokus auf der Erlangung von spielübergreifenden Fähigkeiten und Fertigkeiten liegt. Mit viel Ballgefühl und Ballkoordination ausgestattet haben die Kinder dann die Möglichkeit sämtliche Zielschuss- (Fußball, Handball, Basketball etc.) und Rückschlagsportarten (z.B. Tennis, Badminton) kennenzulernen und ihre persönlichen Stärken und Interessen zu finden.

### Was hat ihr Kind von Postis Ballschule?

Das Sportprogramm der Ballschule unterstützt eine ganzheitliche Entwicklung ihres Kindes. Hierbei wird neben der individuellen Förderung der motorischen und koordinativen Fähigkeiten im Umgang mit dem Ball auch die Entwicklung der sozialen und psychischen Komponenten unterstützt. Zudem werden Bewegungsmangelerscheinungen wie Übergewicht und Haltungsschäden gezielt bekämpft. Durch die Vermittlung von Spaß an Bällen, der Bewegung und Fairplay werden die Kinder zu einem lebenslangen Sportmachen motiviert.

### Welche Qualitätsmerkmale stehen für Postis Ballschule?

In der Ballschule trainieren die Kinder in altershomogenen Gruppen mit maximal 15 Teilnehmern. Aus diesem Grund ist eine individuelle Betreuung ihres Kindes gewährleistet. Das Training findet einmal wöchentlich unter der Aufsicht qualifizierter Übungsleiter (Diplom-Sportwissenschaftler o.ä.) statt. Der Unterricht orientiert sich an der Vielfalt der Ballschulsportarten und an der Erlernung/Verbesserung des Ballgefühls. Darüber hinaus können die Kinder an motorischen Tests und Gesundheitstagen, Sport-Camps in den Sommerferien usw., teilnehmen.

### Welche Inhalte werden in den Unterrichtsstunden der Ballschule vermittelt?

Die Ballschule steht für ein vielfältiges, ballspezialisiertes Bewegungsangebot, in dem die Kinder sowohl sämtliche Zielschuss- (Fußball, Handball, Basketball etc.) und Rückschlagsportarten (z.B. Tennis, Badminton) kennenlernen dürfen.

Die konditionellen und koordinativen Fähigkeiten mit dem Ball werden mit Hilfe kindgerechter Spiel- und Übungsformen geschult. Bei unseren Bambinis geht es vor allem um das Erlernen der motorischen Grundfertigkeiten durch die Erkundung von Gerätelandschaften mit Ballstationen und durch die Entdeckung von Schlägern (z.B. Hockeyschläger, Tennisschläger) oder unterschiedlichen Ballgrößen (z.B. Basketball, Tischtennisball). Durch Spiele mit Bällen, Farben und Formen wird neben der Kreativität auch der Gemeinschaftssinn der Kinder gestärkt.

### **Für welche Altersstufen gilt das Angebot von Postis Ballschule?**

Das Angebot richtet sich grundsätzlich an Kinder zwischen 2 und 8 Jahren. In aufeinander aufbauenden Ausbildungsstufen werden die Kinder in altershomogene Gruppen eingeteilt.

Bambinis:	2-4 Jahre
Stufe 1:	4-6 Jahre
Stufe 2:	6-8 Jahre

### **Wieviel kostet das Angebot von Postis Ballschule?**

Grundsätzlich ist für die Teilnahme in der Ballschule die Mitgliedschaft des Kindes (bei den Bambinis zusätzlich die der Begleitperson) im Post SV Nürnberg e.V. Voraussetzung:

Hinzu kommt der Zusatzbeitrag „Postis Ballschule“ von 14€/Monat.

### **Wie melde ich mein Kind für Postis Ballschule an?**

Die Anmeldung in der Ballschule erfolgt nach Absprache mit dem Sportbüro.

Um Mitglied zu werden, füllen Sie den Mitgliedsantrag des Post SV (für Kind und gegebenenfalls Begleitperson), sowie den Zusatzantrag „Postis Ballschule“ aus. Ist ihr Kind bereits Mitglied im Hauptverein? Füllen Sie bitte lediglich den Zusatzantrag aus.

Für weitere Fragen steht Ihnen die Leitung von Postis Ballschule zur Verfügung:  
(0152/54273128; [ballschule@post-sv.de](mailto:ballschule@post-sv.de))

### **Wie lange geht eine Mitgliedschaft?**

Die Mitgliedschaft in Postis Ballschule geht immer über ein halbes Jahr (Oktober bis März und April bis September) und verlängert sich automatisch, wenn nicht zuvor gekündigt wird.

### **Wann kann man kündigen?**

Kündigungsfristen sind jeweils der 15. Februar und der 15. August eines jeden Jahres.

### **Kann an einer Schnupperstunde teilgenommen werden?**

Eine kostenfreie Probestunde ist jederzeit möglich. Bitte melden Sie sich hierfür in unserem Sportbüro unter 0152/54273128 oder per Email ([ballschule@post-sv.de](mailto:ballschule@post-sv.de)) an.

### **Wann ist ein Einstieg in Postis Ballschule möglich?**

Bei Postis Ballschule handelt es sich um ein Dauersportangebot. Bei freien Plätzen ist ein Quereinstieg jederzeit möglich.

### **Kann das ältere/jüngere Geschwisterkind zum Unterricht mitgebracht werden?**

Grundsätzlich dürfen nur Gruppenmitglieder an der Sportstunde teilnehmen. Sollte es sich einmal aus organisatorischen Gründen nicht vermeiden lassen das Geschwisterkind mitzubringen, kann mit dem jeweiligen Übungsleiter eine Ausnahmeregelung getroffen werden. Voraussetzung hierfür ist, dass das Kind Mitglied des Post SV ist. In unser vereinseigenes Hallenbad können keine weiteren Begleitpersonen oder Geschwister mitgebracht werden. Es sei denn die entsprechenden Personen haben eine Badeberechtigung oder es wird vorab mit der Leitung von Postis Ballschule abgeklärt.

### **Was muss zur Sportstunde mitgebracht werden?**

Neben bequemer Sportkleidung sollte zum Unterricht idealerweise noch etwas zu trinken (Wasser oder Tee; keine Glasflasche) und vor allem gute Laune mitgebracht werden. Zusätzliche Ausrüstung wird vom Übungsleiter rechtzeitig angesprochen.

### **Welche Kleidung sollen die Kinder während der Sportstunde tragen?**

Die Kleidung sollte so gewählt werden, dass die Bewegungsfreiheit nicht eingeschränkt wird. Stolperfallen (lange Bänder, Röcke etc.) sollten zur Unfallvermeidung vermieden werden. Wir empfehlen das Tragen einer Sportjacke, die je nach Temperatur jederzeit an- und ausgezogen werden kann. Der Schmuck (Halskette, Armband, Uhr usw.) wird vor der Sportstunde abgelegt.

### **Was ziehen die Kinder an den Füßen an?**

Unsere Ballschul-Kinder tragen in der Regel gewöhnliche, saubere Sportschuhe mit heller Sohle. Für die jüngeren Kinder eignen sich besonders Schuhe mit Klettverschluss, da sich diese schnell und einfach schließen bzw. öffnen lassen. Den Bambinis empfehlen wir einfache Gymnastikschläppchen oder Stoppersocken, um den Füßen möglichst viel Bewegungsfreiheit zu lassen.

### **Darf das Kind während der Sportstunde Essen und Trinken?**

Grundsätzlich ist der Verzehr von Speisen innerhalb der Sportstätten nicht erlaubt. Unsere Übungsleiter führen mit den Kindern Trinkpausen durch. Die Getränke (keine Glasflaschen!) sollen an einem „sicheren“ Ort (dieser wird durch den Übungsleiter vorgegeben!) aufbewahrt werden. Die Kinder sollen nicht mit ihren Getränken durch die Halle laufen.

### **Wie viele Kinder sind in einer Gruppe?**

Die Teilnehmerzahl der Gruppen in Postis Ballschule ist auf maximal 15 Kinder beschränkt.

### **Findet der Unterricht auch in den Ferien statt?**

Nein, in den Schulferien findet kein regulärer Sportbetrieb statt. Allerdings bieten wir ein umfangreiches Ferienprogramm mit alternativen Sportstunden, Workshops und Sportcamps an.



**Muss ich mich abmelden, wenn ich einmal verhindert bin?**

Grundsätzlich muss sich nicht abgemeldet werden, sollte die Teilnahme am Unterricht einmal nicht möglich sein. Bei längerer Abwesenheit können Sie das Sportbüro gerne per E-Mail informieren ([ballschule@post-sv.de](mailto:ballschule@post-sv.de)).