

Rollkunstlauf-Team

Schlossstadt-Kürpokal

Rollkunstlauf-Team

VSG
 Velberter Sport Gemeinschaft e.V.

Das Rollkunstlauf-Team der Velberter SG lädt am Samstag 04.11.2023 ab 08:30 zum 18. Schlossstadt-Kürpokal ins EMKA-Sportzentrum ein. Für das leibliche Wohl sorgen wie immer unsere Rollsport-Mamis.

Taekwondo



Erfolgreiche Landeseinzelmeisterschaften 2023 in Alsdorf
 3x Gold - 2x Silber - 2x Bronze
 Herzlichen Glückwunsch!

Krav Maga



Neues Angebot im VSGfit 21-Studio

Krav Maga ist eine einfache und effektive Form der Selbstverteidigung. Trainiert werden dabei Schlagtechniken, Tritte, Griffe, Hebel und Bodenkampf. Krav Maga hat seinen Ursprung in Israel und bedeutet „Kontaktkampf“. Entsprechend ist Krav Maga eine Vollkontakt Selbstverteidigung.

Anmeldung im VSGfit 21:

Sa 11.11.23 10:30 – 12:00 Uhr
 Sa 18.11.23 10:30 – 12:00 Uhr

Kooperation



Im Rahmen eines Projektes von ProMobil hat die Hwarang Kwan Do-Gruppe am Samstag den 28.10.2023 einen Selbstverteidigungskurs nach ihrem W.A.V.E.S. - Konzept abgehalten.

In dem 4-stündigen Kurs wurde unter anderem auf folgende Punkte eingegangen:
 Selbstbehauptung - Einsetzen der Körpersprache - Einfache Handtechniken - Niedrige Fußstechniken - Schutz in der Bodenlage Befreiungstechniken von Alltagssituationen - Richtiges Flüchten und Hilfe holen
 Der professionelle Selbstverteidigungskurs kam so gut an, dass im neuen Jahr die Hwarang Kwan Do-Gruppe weitere solche Kurse bei ProMobil durchführen wird.

Termine

Handball HSG Velbert/Heiligenhaus

So 05.11.2023 EMKA-Sportzentrum
 18:00 BO Damen HSG V/H - Phönix Essen/DJK Werden II

Volleyball Velberter SG

So 05.11.2023 EMKA-Sportzentrum
 BZL wU20 Velberter SG – SG Langenfeld

Basketball Velberter SG

Freitag, 03.11.2023 Nikolaus-Ehlen Gymnasium
 20.15 Uhr Herren 1
 Sonntag, 5.11.2023 Nikolaus-Ehlen Gymnasium
 10:00 Uhr U12mix-1 Baskets Velbert
 12:00 Uhr U16m-2 Baskets Velbert
 14:00 Uhr U14mix-1 Baskets Velbert
 16:00 Uhr U18m Baskets Velbert

Sa 04.11.23 VSG Rollkunstlauf-Kürpokal

Sa 04.11.23 ÜL-Erste Hilfe Kurs

Noch 4 Plätze frei!

Sa 18.11.23 kinder Joy of Moving 11-13 Uhr
 EMKA-Sportzentru
 Tag des Kinderturnens 2023Mi
 29.11.23 Adventskaffeetrinken
 für Senioren

www.velberter-sg.de

Ergebnisse

Sa. 28.10.2023 Handball

KL gJE	HSG V/H a.K. – W'kirchener TV	20:27
KL Ju B	HSG V/H - Haaner TV II	28:21
KL gJD	HSG V/H - W'kirchener TV	7:29
BO Damen	TV Beyeröhde II - HSG V/H	14:16
KL Ju B	HSG V/H II - W'kirchener TV II	30:29
KL Männer	HSG V/H II – C'berger TG IV	28:23
KL Männer	HSG V/H III - HC Hasslingh'en	27:24

So. 29.10.2023 Handball

KL Mädchen A	Fortuna D'dorf - HSG V/H	18:21
KL Jungen C	SSG /HSV Wuppertal - HSG V/H	24:21
LL Männer	HSG V/H - TV Ratingen	39:27

So 29.10.2023 Volleyball

So 29.10.2023		
LL Damen	VSG 1 – VV Humann Essen III	0:3