

Wie geht Sitz-volleyball?

Die paralympische Sportart Sitzvolleyball ist eine Variante des klassischen Volleyballspiels.

- Zwei 6er-Teams spielen auf dem Boden sitzend und rutschend
- auf einem 10 x 6 m großen Feld
- mit einer Netzhöhe von knapp über einem Meter
- nach fast gleichen Volleyballregeln gegeneinander.

Hierbei sind schnelle Reaktion, Präzision und Teamwork gefragt.

Komm vorbei und probier es aus – wir freuen uns auf dich!



Wo findest du uns?

Wir sitzen (und schwitzen) **mittwochs von 19 bis 21 Uhr** mit viel Energie und Ausdauer genau hier:

- Friedrich-von-Bodelschwingh-Schule
Pörschacherstraße 2
65187 Wiesbaden

Außerdem **freitags von 19 bis 21 Uhr** in der

- Robert-Schumann-Schule
Schumannstraße 18
65193 Wiesbaden

Eine **Voranmeldung** ist unbedingt notwendig, am besten per E-Mail: sitzvolleyball@vc-wiesbaden.de

Mehr Infos im Netz: www.vc-wiesbaden.de



Willkommen beim VCW- Sitzvolleyball



VC-WIESBADEN.DE
#ERLEBEWASWIRLIEBEN



VC-WIESBADEN.DE
#ERLEBEWASWIRLIEBEN



**„Mit oder ohne
Behinderung –
sobald man am
Boden sitzt,
macht es keinen
Unterschied
mehr!“**

Jürgen Schrapp

7-maliger Paralympics-Teilnehmer
und seit Dezember 2024 Präsident
des Paravolleyball-Weltverbandes

JÜRGEN SCHRAPPS GRÖSSTER TRAUM
ist es, dass Sitzvolleyball, wie Beachvolleyball
und Hallenvolleyball, einfach eine Disziplin in
der Volleyball-Familie wird.

Wer sind wir?

- Wir sind ein bunt gemischtes und hoch motiviertes Team
- mit Spieler*innen zwischen 15 und 65 Jahren
- und treffen uns zweimal die Woche.

Egal, ob du regelmäßig dabei bist, oder nur ab und zu vorbeischaust – wir freuen uns über alle, die Teil unserer Gemeinschaft werden möchten.

Gestern noch auf dem Sofa, heute auf dem Spielfeld. Sitzvolleyball macht's möglich!
Körperliche Einschränkungen sind kein Hindernis – bei uns steht der Spaß am Spiel im Vordergrund.

Was erwartet dich?

- Ein lustiges, engagiertes Team, das dich herzlich aufnimmt
- Trainer, die dich schnell ins Spiel bringen
- Spaß und sportliche Herausforderungen

Ganz gleich, ob du den Sport neu für dich entdecken möchtest oder schon Erfahrung mitbringst – bei uns zählen vor allem Teamgeist und Freude an der Bewegung.

Sitzvolleyball ist dynamisch, fair und inklusiv!
Wir spielen zusammen auf Augenhöhe – im wahrsten Sinn des Wortes.

