

BSC 99 Musterstadt erinnert an Neujahrsvorsätze

Du wolltest doch etwas für Deine Gesundheit tun!

Das neue Jahr ist erst ein paar Wochen alt – und schon sind einige Neujahrsvorsätze vergessen. Dabei kann es doch so einfach sein und sehr viel Spaß machen, etwas für die Gesundheit zu tun. Beispiel gefällig? Gerne. Jeden Mittwoch von 17 Uhr bis 21 Uhr gehen die Bowlingsportlerinnen und Bowlingsportler im Bowlingcenter Neuner an der Holzstraße 9 in Musterstadt *in die Vollen* und tun etwas für ihre Ausdauer, trainieren ihre Koordination und verbessern ihre Konzentrationsfähigkeit, um nur drei gesundheitliche Vorteile des Kegelsports zu nennen.

Möchtest Du es ausprobieren? Dann komme am Mittwoch zu unserem Bowlingsporttraining.

Oder, wenn Du Dir zunächst einmal einen Bowlingsport-Wettkampf anschauen willst: Am Sonntag (27. Februar) rollen in der Zeit von 10.00 bis 13.00 Uhr die Bowlingbälle im Bowlingcenter Neuner beim Bezirksliga-Spitzenspiel BSC 99 Musterstadt gegen die Bowlingsportfreunde Irgendwo.

Logo BSC 99 Musterstadt

BSC 99 Musterstadt

Medien-Mitteilung

Informationen des BSC 99 Musterstadt

Aussenddatum

2. Februar 2011

Weitere Infos

Petra Presse
Telefon 01234.5678
eMail presse@bsc99musterstadt.de

Foto

BSC-Vorsitzender Holger
Holzer

BSC 99 Musterstadt erinnert an Neujahrsvorsätze

Beim Bowling kann gleichzeitig Ausdauer, Koordination und Konzentration verbessert werden

Musterstadt. „Du wolltest doch etwas für Deine Gesundheit tun!“ Mit dieser Überschrift auf Plakaten und Infoblättern erinnert der BSC 99 Musterstadt seit Anfang Februar an vielfach vergessene Neujahrsvorsätze. BSC-Vorsitzender Holger Holzer erläutert die Hintergründe dieser Werbeaktion: „In einer Zeitschrift habe ich kürzlich gelesen, dass ungefähr die Hälfte aller Menschen zum Jahreswechsel gute Vorsätze formulieren, aber lediglich acht Prozent das anvisierte Ziel erreichen. Frauen und Männer, die sich vornehmen, mehr für ihre Fitness zu tun, wählen oft die falsche Sportart aus. Sport muss Spaß machen, um die gewünschten Effekte zu erzielen.“

„Bowling macht Spaß“, ergänzt BSC-Trainer Volker Volle und nennt weitere Gründe, beim BSC 99 „in die Vollen“ zu gehen: „Beim Bowlen ist man nicht wie bei anderen Sportarten auf Mitspieler angewiesen. Allerdings trainieren nur wenige Bowler alleine, da es einfach motivierender ist, mit Gleichgesinnten zu bowlen und von den Tipps der Könner zu profitieren. Außerdem sind Gruppendynamik und feste Trainingszeiten wichtige Aspekte, um am Ball zu bleiben.“

Frauen und Männer, die künftig regelmäßig zum Bowlingball greifen wollen, können mittwochs von 17 Uhr bis 21 Uhr im Bowlingcenter Neuner (Holzstraße 9) mit den Bowlern des BSC 99 Musterstadt diese im wahrsten Sinne des Wortes „umwerfende“ Sportart und ihre positiven Effekte auf Ausdauer, Koordination und Konzentration testen.

(Weitere Infos: www.bowling-ein-umwerfender-sport.de)