



DONDERDAG 29 SEPTEMBER 2022 PADEL CLINIC

Kennis maken nieuw bestuur Den Haag.

Beste Collega's,

Graag stellen wij ons, nieuw bestuur van de KVLO afdeling Den Haag, aan jullie voor. Wij nodigen jullie uit om met ons en het spel Padel kennis te komen maken op donderdag 29 september. Padel is afkomstig uit Mexico en is ondertussen één van de snelst groeiende sporten in Nederland. Het is een mix tussen tennis en squash. De padel clubs schieten uit de grond en de kans is groot dat er een padel club in de buurt is van je huis en of school.

De locatie is er één die we allemaal kennen, naast de Hellas hal op het voormalige Halo terrein aan de Laan van Poot. Erg leuk om voor of na de workshop even een kijkje te nemen bij de hellashal (padelbanen zijn daar gelegen), de gymzalen die veelvuldig worden gebruikt door o.a. de sportschool van HALO'er Ingmar van Oeveren. Hij verhuurt ze onder andere aan een schermvereniging, fysio en nog veel meer. Het is echt uitgegroeid tot een sportcomplex die zowel georganiseerde als ongeorganiseerde sport huisvest.

Gratis deelname
voor KVLO-leden!

Locatie: padel
club DunaMar,
Laan van Poot
353-A

Tijd: 19:00 – 22:00
uur. Een tijdsblok
van 60 minuten.

Aanmelden:

[aanmeld formulier](#)



KVLO
Goed leren bewegen

De grootste verschillen tussen tennis en padel zijn: (deze verschillen leveren voor padel een gunstige adaptiecurve)

- Kleiner veld, minder kracht nodig.
- Korter racket (makkelijker en sneller bewegen in de ruimte, proprioceptisch makkelijker).
- Minder snelheid in de bal, grotere kans op return.

Met andere woorden makkelijker te spelen door jong en oud en meer succesbeleving (dopamine).

Tijdens de clinic delen we jullie waar mogelijk in op niveau. Ook zijn er instructeurs aanwezig om iedereen wegwijs te maken in het spel.

Bekijk de officiële website padel.nl voor meer informatie en bekijk deze link met filmpje om alvast 'in the mood' te komen: <https://youtu.be/UCmUO31QhYc>

We hopen jullie snel te zien,

KVLO Den Haag

Uiterste
inschrijfdatum: 24
september.
Beperkte aantal
plaatsen
beschikbaar!

