



>> VAF aktuell „Mai/Juni 2017“



Let's sling and smile! Wie dieses Bild entstanden ist, erfahren Sie auf den nächsten Seiten.

>> Liebe Leserin, lieber Leser,

„Ein Bild sagt mehr als 1000 Worte.“ Richtig. Fotos inspirieren, motivieren, aktivieren. Gerade im Sport machen Bilder Lust darauf, einen neuen Kurs auszuprobieren oder das Training mal wieder zu intensivieren. Wir haben für Sie neue Fotos im VAF entstehen lassen. Mit einigen unserer Trainer als Models. Alisa, Louise, Marie und Daniel zeigten viel Geduld und

Gelassenheit beim Foto-Shooting, für das sich Fotograf Philipp Reiss einen ganzen Tag lang Zeit nahm. Werfen Sie einen Blick hinter die Kulissen und begleiten Sie uns beim Making-of der neuen Werbefotos.

Herzlichst
Ihr VAF-Team

Studio-Aktion 15. Mai - 30. Juni 2017: „Mach Dich fit für den Sommer!“ Sie legen Ihr Trainingsziel fest. Unsere Trainer erstellen Ihnen einen individuellen Plan für sechs Wochen. Wer sein Ziel erreicht, erhält als Belohnung einen Preis.



>> In Szene gesetzt

Stopp! Die Sporthose hat nicht den richtigen Fabton, das Shirt wirft Falten, eine Haarsträhne ist ins Gesicht gerutscht.

Nichts wird dem Zufall überlassen, wenn der VAF Werbeaufnahmen macht. Ein Zupfen hier, eine Korrektur da. Schnell noch die Nase abpudern!

Konzentration ist gefragt. Petra Wedel, stellvertretende Geschäftsführerin des VAF, hat den Termin gut vorbereitet. Welche Sportart soll präsentiert werden? In welcher Position? Wie ist die korrekte körpergerechte Haltung bei der Ausübung? Für Fotograf Philipp Reiss hingegen sind die vielen Bilddetails eine Herausforderung. „Bei den sportlichen Aspekten verlasse ich mich auf die Kenntnisse der Trainer. Aber ich muss darauf achten, dass die optischen Details stimmen, der Hintergrund passt und das Licht stimmt.“

Zunächst werden die Motive und die Perspektiven besprochen, dann erst nehmen die Models ihren

Platz ein. Doch nicht immer lässt sich alles so umsetzen wie geplant. So müssen Marie und Daniel mit den schweren Langhanteln immer wieder neue Positionen einnehmen. Ganz schön anstrengend, selbst für durchtrainierte Sportler wie sie. Die beiden zaubern trotzdem noch ein Lächeln in die Kamera.

Die Zeit drängt. Schließlich soll der ganz normale Trainingsbetrieb so wenig wie möglich beeinträchtigt werden. Kein leichtes Unterfangen. „In zehn Minuten kommen die Tischtennisspieler, dann müssen wir diese Halle verlassen.“ Wieder räumt der Fotograf sein Equipment ein. Zum Glück ist hier alles im Kasten. Jetzt geht es an weitere Aufnahmen im Studio. Doch zunächst gibt's einen kleinen Mittagsimbiss. Stärkung tut Not. Alle Beteiligten wundern sich, wie anstrengend so ein Fotoshooting ist.

Aber die Ergebnisse können sich sehen lassen!



Aufnahmen vor dem Spiegel der neuen Sporthalle



>> Fotoshooting mit unseren Trainern





>> Sommer-Sport-Camps und Schnupperwoche Triathlon

Unsere Ferienangebote jetzt auf der Internetseite.

Bei „Sportsuche“ auf „Ferienangebote Kinder“ klicken und schwups sind sie da. Mit allen notwendigen Infos. www.vafev.de

Sommer-Sport-Camp 1	Leitung Yoni Meergarten	24.07. - 27.07.2017	
Sommer-Sport-Camp 2	Leitung Yoni Meergarten	31.07. - 03.08.2017	
Sommer-Sport-Camp 3	Leitung Deniss Lauen	14.08. - 17.08.2017	
Sommer-Sport-Camp 4	Leitung Johannes Rogge	21.08. - 24.8.2017	
Zeiten: Mo. bis Do. 10.00 - 15.00 Uhr		Alter: 7 - 11 Jahre	Kosten: € 60,00
Ort: VAF-KinderSportSchule (KiSS), Stiefmütterchenweg 42 - 46			
Triathlon-Schnupperwoche			
Schwimmen, Laufen, Radfahren	Leitung Gabi Lindner	24.07. - 28.07.2017	
Zeiten: Mo. bis Fr. 10.00 – 13.00 Uhr		Alter: 8-12 Jahre	Kosten: € 60,00
Ort: VAF-Freizeitsportanlage, Bertrand-Russell-Str. 4			

>> Familienspaß Wasser

Besonderes Badevergnügen an jedem ersten Sonntag im Monat.

Das Schwimmbad als Abenteuerlandschaft, in der sich Groß und Klein gemeinsam tummeln. dieses VAF Special wird von Schwimmpädagogen betreut.

Zeit: So. 14.00 - 16.00 Uhr	Termine: 07.05. und 11.06.2017
Kosten: Schwimm- und Studiomitglieder frei	Einzeleintritt Kind € 3,-/ Erw. € 6,-

Unsere Specials

Für Mitglieder kostenfrei. Gäste sind herzlich willkommen! Ihre rechtzeitige Anmeldung an der Rezeption garantiert Ihnen einen sicheren Platz.

>> Sommer Qigong

Jetzt ist eine gute Zeit, Bewusstsein, Denken und Persönlichkeit auszubilden.

Qigong der Jahreszeiten kombiniert sanft-elastische uns spiralförmige Bewegungen mit bewusst geführter Atmung und bereitet Körper und Geist optimal auf den Sommer vor.

Leitung: Peter Holthausen	Zeit: Sa. 14.00 - 16.00 Uhr	Termin: 13.05.2017	Preis: € 10,-
----------------------------------	-----------------------------	--------------------	---------------

>> Latin Move

Einfacher Single-Tanzworkshop

Mit Schritten und Bewegungen lateinamerikanischer Tänze wie Salsa, Cha Cha, Samba, Rumba und Tango. Auch Anfänger sind herzlich willkommen.

Leitung: Henry Thedens	Zeit: Sa. 14.00 - 15.30 Uhr.	Termin: 10.06.2017	Preis: € 10,-
-------------------------------	------------------------------	--------------------	---------------

Impressum:

Herausgeber: Verein Aktive Freizeit e.V., Bertrand-Russell-Str. 4, 22761 Hamburg
 Telefon (040) 890 60 10, E-mail info@vafev.de,
 Web: www.vafev.de; www.facebook.com/vafev

Redaktion: Hiltrud Schöl v.i.S.d.P., Brotkoppel 10, 22393 Hamburg
 Tel.: (040) 60 01 20 92, E-mail info@hiltrudschoel.de
 Fotos: Philipp Reiss, Hiltrud Schöl
 Grafik und Druck: www.lindmayer.net