



Vielseitigkeitstraining mit Schwerpunkt Laufen



Wann: **jeden Montag von 16.00 – 17.00 Uhr**

Wo: **neuer Turnsaal der Volksschule**

Das Training beinhaltet schwerpunktmäßig Laufen und richtet sich an alle sportbegeisterten Kinder. Wenn es das Wetter zulässt, findet das Training im Freien statt. Bei Schlechtwetter bzw. im Winter sind wir im Turnsaal.

Neben dem Lauftraining sollen den Kindern sportmotorische Grundlagen und koordinative Fähigkeiten vermittelt werden. Das Training wird u.a. Ballspiele, Hindernisläufe, Kräftigungsübungen, Stretching, spielerisches Ausdauertraining und die Schulung der Bewegungskoordination beinhalten.

Unkostenbeitrag: **75,- €.** In Kombination mit dem Gerätedschungel: **130,- €.**

Im Zweifel bitte wetterfeste Sportbekleidung mitgeben!

Gerätedschungel

Wann: **jeden Montag von 15.00 – 16.00 Uhr**

Wo: **neuer Turnsaal der Volksschule**

Der Turnsaal verwandelt sich in einen Gerätedschungel: unterschiedlichste Gerätelandschaften und –parcours laden zum Klettern, Schwingen, Balancieren, Springen und Laufen ein. Neben dem klassischen Kinder- und Geräteturnen beinhaltet diese Stunde auch spannende Themen und Geräteaufbauten aus dem Erlebnisturnen.

Unkostenbeitrag: **75,- €.** In Kombination mit dem Vielseitigkeitstraining: **130,- €**

Anmeldung und nähere Information für beide Aktivitäten unter:

office@trainings-beratung.at oder **0676/9247148**

Um die Qualität des Trainings zu gewährleisten, wird die Anzahl der Teilnehmer begrenzt. Die Zulassung zum Training erfolgt nach der Reihenfolge der Anmeldung und Eignung des Kindes. Die Aufsichtspflicht der Trainerin beginnt zu Beginn des Trainings mit dem Betreten des Turnsaalgebäudes und endet am Ende des Trainings mit dem Verlassen dieses Gebäudes.