

## Gruppe „CHRISTINA“



Langlaufinstructorin  
Fitnesstrainerin  
Kinderbetreuerin Ski Alpin

**Christina Schantl**

**0699 101 99 094**

„Wenn ich mit euren Kindern trainiere, möchte ich ihnen die Möglichkeit geben, auf spielerische Art und Weise die Technik des Langlaufens, in erster Linie in der Disziplin Skating, zu erlernen. Ich freue mich schon darauf mit euren Kindern gemeinsam Gas zu geben!“

**Trainingszeit:** Montag 16:00 - 17:00

**Optimales Alter:** ab Schuleintritt, für motivierte Sportler

**Trainingsinhalte:** Die Herbstzeit werden wir dazu nutzen, uns auf Skirollern für den Winter fit zu machen. Sobald wir genug Schnee haben werden wir unser Training auf die Loipe verlegen, um weiter an der Technik zu feilen. Im Frühjahr werden wir uns meistens am Sportplatz treffen, um die nötige Koordination, Kraft und Balance zu erlangen. Möglicherweise wird uns die eine oder andere Einheit auch in den Wald führen.