

## Gruppe „WOCHENENDE + MÄUSE“



Langlaufinstructorin  
Übungsleiterin Biathlon

### **Brigitte Fasching**

**0650 34 13 107**

„Wenn ich mit euren Kindern trainiere, möchte ich mit ihnen durch eine Vielfalt an Übungen und abwechslungsreichen Trainingsinhalten, die Freude an der Bewegung und am Sport erleben.

Kinder erfahren dabei, dass regelmäßiges Training sich bezahlt macht und spüren bei Wettkämpfen, auch ohne Podestplatz, Siegesgefühle.

Das macht Kinder stark und widerstandsfähig fürs Leben!“



Übungsleiter Langlauf  
Übungsleiterin Biathlon

### **Wolfgang Fasching**

„Wenn ich mit euren Kindern trainiere, möchte ich vor allem die Freude an vielfältiger Bewegung in der Natur wecken und ausbauen. Spaß und gemeinsames Erlernen und Ausbauen von Bewegung steht im Vordergrund.“

**Trainingszeit:** Samstag in ungeraden Wochen 9:30 – 10:30

*Bitte dafür um telefonische Kontaktaufnahme, um den Bedarf für diese Gruppe zu erheben.*

**Optimales Alter:** Kindergartenalter und erstes Schuljahr

**Voraussetzung:** Die Kinder müssen ohne Eltern bei der Gruppe bleiben. Die Eltern sollten sich während dem Training im Hintergrund halten!

### **Trainingsinhalt:**

Unser Trainingsziel ist es, den Kindern umfangreiche Bewegungserfahrungen zu ermöglichen. Wir möchten regelmäßig Koordinationsübungen in unserem Training verankern, Sprünge aller Art und kurze Sprintübungen machen. Körperorientierung und Orientierung im Raum, bzw. sich selbst in der Bewegung wahrzunehmen und zu beobachten, gehört zu den Qualitäten eines guten Sportlers. Das werden wir auch schon im Training der Mäuse einfließen lassen.

Und der Spaß darf dabei auf keinen Fall zu kurz kommen 😊!