

Gruppe Freitag BRIGITTE und WOLFGANG



Übungsleiter Langlauf
Übungsleiterin Biathlon

Wolfgang Fasching

0664 615 73 31

„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. In unserem Freitagstraining decken wir eine relativ große Leistungsbandbreite ab, da Gitti und ich uns die Gruppe teilen.“



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!“

Trainingszeit: üblicherweise Freitag, 16 Uhr

Optimales Alter: Schuleintrittsalter ist Voraussetzung!

Trainingsinhalt:

Unser Trainingsziel ist es, den Kindern umfangreiche Bewegungserfahrungen zu ermöglichen. Wir möchten regelmäßige Koordinationsübungen in unserem Training verankern, Übungen für schnelle Beinarbeit, 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. Techniktraining mit dem Skiroller, im Winter auch einmal klassisch laufen und Vorbereitung auf erste Langlaufwettkämpfe gehören zu den Inhalten.

Selbstorganisation der Kinder, die Eltern bleiben im Hintergrund.! Wenn es darum geht, bei Wettkämpfen gut vorbereitet zu sein, ist das ein unumgänglicher Trainingsinhalt.

Den Spaßfaktor wollen wir dabei nicht aus den Augen verlieren 😊 !!!