

Niedersächsischer Leichtathletik-Verband

Kreis Northeim e. V.

Niedersächsischer Leichtathletik-Verband Kreis Northeim e. V.
Dirk Feiste - Neue Straße 55 - 37581 Bad Gandersheim

An die Leichtathletik-Vereine
im Landkreis Northeim

Betreff: Trainingstag am Sonntag, den 27.04.2025

Hallo liebe Sportlerinnen und Sportler, liebe Trainer und Sportabzeichen Abnehmer.

Am Sonntag, den **27.04.2025** findet von **14:00 Uhr bis ca. 18:00 Uhr** der **Trainingstag des NLV Kreis – Northeim** in 37581 **Bad Gandersheim im Rudolf-Cahn-von-Seelen Stadion** statt.

Dieser Lehrgang ist für Kinder und Jugendliche **ab 12 Jahre** geeignet. Ich freue mich, Euch und Euren **Trainern** und Interessierten mit weiteren Referenten die Techniken beim Sprint, beim Kugelstoßen und beim Hoch – oder Weitsprung näherbringen zu dürfen.

Ziel und Inhalt wird die allgemeine Technik, Kräftigungsübungen, sowie der dynamische Bewegungsablauf bei den Disziplinen sein.

Folgende vorbereitende Maßnahmen werden vermittelt:

- Sicherheitsbelehrung
- Vorbereitung auf die Disziplinen. (Aufwärmen.....)
- Lauf – Sprung und Wurf ABC
- Trainingsübungen in den Disziplinen
- Bewegungsprobleme erkennen und Korrekturen vornehmen.

Insbesondere führen wir bei jedem Teilnehmer eine Fehleranalyse durch, sodass das individuelle Erlernen der Techniken gewährleistet werden kann.

Anmeldungen zu diesem Lehrgang, unter Angabe des Namens und des Alters der Athleten, sowie des Vereins bitte bis zum angegebenen Meldeschluss an:

Anmeldungen: bitte per Mail an LGAltesAmt@web.de
Anmeldeschluss: Dienstag 22.04.2025

Mit sportlichen Grüßen,
Schüler und Jugendwart
Volker Denecke

Niedersächsischer Leichtathletik-Verband
Kreis Northeim e. V.

Mitglied im Niedersächsischen Leichtathletik-Verband e. V.
Mitglied im Kreis-Sportbund Northeim-Einbeck e. V.

Schüler u. Jugendwart

Volker Denecke
Ulmenweg 10
37589 Kalefeld

Tel. 05553 / 16 36 (p)
Handy: 0179-1654858

E-Mail: LGAltesAmt@web.de

Bankverbindung:
NLV-Kreis Northeim e. V.
Kreissparkasse Northeim
BLZ 262 500 01
Kto. 170093777