

Ausschreibung SOMMERTRAINING 2021

Auf in die zweite Runde! Nach dem tollen Erfolg im vergangenen Jahr bieten wir auch heuer wieder ein Sommertraining an. Der grundsätzliche Gedanke dahinter ist die sportliche Aktivierung der Kinder und der gemeinschaftliche Zusammenhalt auch während der Sommermonate, um topfit in die kommende Wintersaison 2021/22 zu starten.

Trainingszeiten: Juli, August und September in 3 Blöcken zu je 3 bzw. 4 Tagen
Änderungen situationsbedingt bezüglich COVID 19 möglich!

- 1. Block: **21.-23. Juli**
- 2. Block: **10.-13. August**
- 3. Block: **1.-3. September**

Uhrzeit: Jeweils **10:00-14:30** (Inklusive Mittagspause von 12:00-13:00)

Trainingsort: Treffpunkt - Turnsaal Sirnitz (Training Indoor und Outdoor)

Trainingsinhalte: Verbesserung der motorischen Grundeigenschaften - Kraft, Schnelligkeit und Ausdauer - in spielerischer Form, Koordinationstraining, Spiele mit und ohne Bälle, Leichtathletik, Geräteturnen, Schwimmen, Crosstraining, Erlebnistag auf der Hochrindl, Kennenlernen neuer Trendsportarten u.v.m. Die Interessen der Teilnehmer werden berücksichtigt!

Kursleiter/Trainer: Lukas Gauster (Pädagoge, Sportwissenschaftler und Trainer i. A.)

Alter: 6-16 Jahre

Anmeldung: Bitte an E-Mail: lukas.gauster@gmx.net oder Mobil: [0664/4421666](tel:06644421666)
bis spätestens 20. Juni 2021!

Kosten pro Kind: Vereinsmitglieder: Pro Kind € 60,-- 2 Kinder € 90,-- 3 Kinder € 110,--
Nichtmitglieder: Pro Kind € 80,-- 2 Kinder € 120,-- 3 Kinder € 140,--

Jedes Kind bekommt ein Trainings-Package (Hose + T-Shirt)

Wichtig: **Es sind auch Kinder teilnahmeberechtigt,
die nicht Vereinsmitglieder sind!
Immer Bekleidung für Outdoor und Indoor mitnehmen!**

Zum Abschluss am 3. September gibt es eine Grillerei!