

Ab 19.09.2018 neu beim ASV Strub e.V.:



# Kinderleichtathletik

**Für wen?** Kinder von 6-10 Jahren – geeignet für jedes Kind, unabhängig von Gewicht und Fitness

**Wann?** jeden Mittwoch von 16.00-17.30 Uhr

**Wo?** bei gutem Wetter auf dem Sportplatz Bischofswiesen,  
bei schlechtem Wetter in der alten Schulturnhalle Bischofswiesen

**Was?** Der Name der Gruppe ist Programm!

Kinderleicht soll es für die Grundschul Kinder im Alter von 6 bis 10 Jahren im Training zugehen. Kindgerecht – in spielerischer Form, auch mit Bananenkisten, Fahrradreifen oder Ähnlichem.

# N

Kinder wollen hüpfen, sprinten, springen, viele Runden laufen und sich dabei durchaus mit anderen messen. Unser Ziel ist es:

- die Kinder zu fordern, aber nicht zu überfordern
- ihnen die Grundlagen der klassischen Disziplinen zu vermitteln, ohne sie aber dabei mit technischen Details zu überfrachten
- sie auf Bewegungsabläufe neugierig zu machen, ohne Perfektion und Leistung zu verlangen oder zu erwarten.

# E

# U

Der einbeinige Absprung im Weitsprung, die Wurfhaltung mit dem Schlagball und der Tiefstart gehören genauso zur sportlichen Allgemeinbildung wie der Handstand oder die Vor- und Rückwärtsrolle im Turnen. Insofern schaffen wir Grundlagen und fördern die Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Geschicklichkeit, von denen das scheinbar unsportliche Kind genauso profitieren kann, wie das sportliche.

**Wer?** Das Training übernehmen Petra Ostertag (0171-8902663) und Judith Deutscher.

**Interesse?** Wir starten ab 19.09.2018 in der alten Schulturnhalle Bischofswiesen. Die anschließenden Trainingsorte werden je nach Wetter bekannt gegeben. Bitte meldet euch vorab unter [info@asv-strub.de](mailto:info@asv-strub.de) oder bei Petra.

Wir freuen uns auf euch!

Petra & Judith