



Einladung zum Fördertraining

des Leichtathletikverbandes Heidekreis für
jugendliche Leichtathleten
(ab Jahrgang 2003)

Samstag, den 9.2. in Schwarmstedt

Treffen: 9.30 Uhr in der Sporthalle der KGS Schwarmstedt

(dies ist die Sporthalle, in der am 9.3. eure Hallen-Kreismeisterschaften stattfinden)

10-12.30 Uhr Hallentraining

12.30-13.30 Uhr: Mittagessen (wird in der Halle serviert)

13.30-15.30 Uhr: Hallentraining

Das Training wird von **Christian Wesely** (TV Jahn Schneverdingen) und **Patrick Rohde** (MTV Schwarmstedt) geleitet. Es zielt vor allem auf die Verbesserung von Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination. Einige Spiele werden das Programm abrunden.

Damit das Mittagessen bestellt werden kann, brauchen wir eure **Anmeldung bis spätestens 31.1.** (die Kosten tragen der Leichtathletik-Kreisverband und die Heimatvereine).

Die Meldung ist möglich per **Rücklaufzettel** oder per Mail (klaushebenbrock@web.de).

Mit sportlichen Grüßen

Klaus Hebenbrock



Anmeldung

Ich nehme am Fördertraining in Schwarmstedt (9.2.2019) teil.

.....
Name des Teilnehmers/der Teilnehmerin

.....
Name der/des Erziehungsberechtigten