

Leichtathletik- Leistungstraining (Nr. 17)

Wann? Wo? Wer?

Termin: Montags und mittwochs, jeweils um 16:30 -18:30 Uhr

Ort: Turnhalle/Sportplatz JAG

Leitung: Maike Diekmann

Teilnehmer: ohne Begrenzung

Was erwartet dich in dieser Arbeitsgemeinschaft?

Es besteht die Möglichkeit zusammen mit den jugendlichen Leichtathleten der Emdener LG an einem leistungsorientierten leichtathletischen Training teilzunehmen. Die leichtathletischen Grundformen Laufen, Springen und Werfen werden unter dem Gesichtspunkt der Leistungssteigerung trainiert. Ziel soll es sein, an regionalen leichtathletischen Wettkämpfen teilzunehmen. Eine Vereinszugehörigkeit ist nicht notwendig.

