



LEICHTATHLETIK

DANIEL RITTER
TEL. 06229/708690



LAUFTREFF

Was gibt es von den Lauftreffs für 2010 bisher zu berichten?
Hier kurz ein Überblick über Aktivitäten aus den zurückliegenden Monaten.

Am 9. Januar trafen wir uns in der Pizzeria Maranello zu einem gemütlichen Abend. Und hier sprachen wir auch über unseren Terminplan 2010. Der erste Termin stand dabei bereits kurz bevor: Das 1.Ski-Wochenende des Lauftreffs.



Zunächst hatten sich viele Interessenten gemeldet. Bedingt durch Terminüberschneidungen und Krankheiten reduzierte sich die Teilnehmerzahl doch erheblich. Nächstes Jahr werden es sicherlich mehr. Trotz der Eiskälte am Samstag war es ein rundum gelungenes Wochenende in Sölden – leere Pisten, sehr gute Schneeverhältnisse und im Bus lauter nette Leute.

Am 27.03.2010 trafen wir uns zum Testlauf für den Heidelberger Halbmarathon. Ausgerechnet an diesem Wochenende hatte sich das schöne Frühlingswetter verabschiedet und einer Regenfront Platz gemacht. Was uns aber nicht von unserem Lauf abhalten konnte.

Und so strahlten wir trotz Regenwetter mit den Reflektoren um die Wette.



Als nächstes steht unser Sommerfest am 17. Juli 2010 in unserem Jahresplan. Schönes Wetter ist bereits bestellt! ☺
Weitere Hinweise kommen rechtzeitig im Mitteilungsblatt oder per Mail.

Roland Schmitt

Fit in die Schule

Mit zwölf motivierten Kindern konnten wir unseren zweiten Kurs starten. Natürlich freut es uns, dass die Kinder mit viel Spaß und unermüdlicher Bewegungsfreude zu unseren Stunden kamen!

Hier noch mal ein dickes Lob an alle Kinder: Ihr wart klasse!



„Lernen in Bewegung“ ist ein Konzept, das Kinder spielerisch, mit allen Sinnen und durch vielfältige Bewegungsanlässe lernen lässt.

Themen, mit denen sich Kinder im Vorschulalter gerne auseinandersetzen wie z.B. die Uhr, Buchstaben, Zahlen, Monate, Wochentage, werden in Bewegungsspiele „verpackt“. Auch die Wahrnehmungs- und Konzentrationsförderung sind wichtige Bestandteile unseres Kurses, die kindgerecht gestaltet werden. Die Kinder werden so auf spielerische Weise für die Anforderungen der Schule vorbereitet.

Nach den Sommerferien startet der nächste
„Fit in die Schule –Kurs“.
Schnuppert doch einfach mal rein!

Kontakt: Pamela Höfler Tel.: 06220/912575

Kinderleichtathletik

Bei uns startete im Oktober unser „Schnuppertraining Kinderleichtathletik“. Mittlerweile wird das Training regelmäßig von ungefähr sechs Kindern besucht, die jede Menge Spaß an Bewegung und Spielen haben.

Die Realisierung unserer Trainingsziele erfolgt durch kindgemäße Methoden und koordinations-orientierte Inhalte aus verschiedenen Sportbereichen.

Das erste Ziel ist die Schulung der Koordinativen Fähigkeiten wie z.B. Rhythmusfähigkeit und Gleichgewichtsfähigkeit. Sie sind Grundlage der allgemeinen Lernfähigkeit von Bewegungsabläufen und erhöhen das Lerntempo.

Ein weiteres Ziel ist die Schulung konditioneller Fähigkeiten wie Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit.

Außerdem möchten wir die Kinder auch auf das „richtige“ Leben vorbereiten. Dazu gehören dann, das Erlernen von sozialem Verhalten, Verhalten in der Gruppe, Teamarbeit und der eigene Umgang mit Schwächen und Niederlagen.

Unser Training gestalten wir frei nach dem Motto:

„Der Bewegungs-Mix machts!“



Wer also Spaß an Bewegung und Spielen hat ist herzlich eingeladen: Dienstags 16.00 – 17.30 Uhr in der Stangenberghalle

Lisa Glasner