

# JJDE – Sporttraining



Datum: 29.05.2022

Uhrzeit: 14:00 – 17:00 Uhr

Ort: GTVS Kirschenallee – Turnsaal Eingang Duchekgasse 53

Kosten: 5,- € pro Teilnehmer

Mitzubringen: normale Sportkleidung, Hallenschuhe, Trinkflasche

Zielgruppe: Kinder zwischen 6 – 12 Jahre / Jugendliche ab 13 Jahre  
(Erziehungsberechtigte können ebenfalls teilnehmen)

## Schwerpunkt: Gerätetraining

Beschreibung:

Beim folgenden Training wird mit den Turnsaalgeräten trainiert.

Neben dem Reck, der Sprossenwand, den Deckenringen, Kletterseilen, der Leiter und der Langbank, wird auch die Weichmatte und die Kästen zum Einsatz kommen. Sicherheit steht bei allen Geräten an oberster Stelle, es kann aber vieles ausprobiert werden, mit entsprechender Sicherung.

## Weitere Sporttrainings beinhalten:

- Geschicklichkeit / Differenzierung
- Schnellkraft
- Kraft-Ausdauer
- Ballkoordination
- Koordination und Gleichgewicht

---

Bitte die geltenden Verhaltensregeln beachten!

Machen Sie ihr Kind bitte vorab schon mit den geltenden Verhaltensregeln vertraut.

Eine Voranmeldung ist notwendig!

Eine Einverständniserklärung ist einmalig auszufüllen und beim ersten Training abzugeben (auf unserer Webseite), da diese ansonsten vor Ort einmalig ausgefüllt werden muss. – Auch ein Foto der Einverständniserklärung ist zulässig.

Bitte auch um Angabe einer Kontaktperson die während dieser Zeit erreichbar ist!

E-Mail an: [jjde@gmx.at](mailto:jjde@gmx.at) oder 0664/4053977 (Whatsapp / SMS) oder unserer Webseite

Wir danken für Ihr Interesse!

Bleiben Sie gesund und bis bald.

Mit freundlichen Grüßen

Ihr Vorstands- und Trainerteam