

Suchen Sie für Ihr Kind noch ein passendes Sportangebot?

Leichtathletik steht für eine Vielzahl von Disziplinen und Wettbewerben, in denen sehr unterschiedliche, koordinative und konditionelle Fähigkeiten beansprucht werden. Es gibt weder ein gemeinsames Medium (wie beim Schwimmsport), noch gemeinsame Geräte (wie beim Fußball), noch gemeinsame Beurteilungs- und Bewertungskriterien (wie z.B. im Turnen, Eiskunstlaufen), die die Ungleichartigkeit der Disziplinen eint.

Alle leichtathletischen Wettbewerbe und Bewegungsmuster lassen sich reduzieren auf die

einfachsten Tätigkeiten: Laufen, Springen und Werfen, d.h. auf Tätigkeiten, denen sich durchwegs gesunde Kinder mit Freude widmen.

Wie schnell ein Mensch über unterschiedliche Entfernungen, mit und ohne Hindernisse, laufen, wie weit oder wie hoch, auch mit Hilfe von Geräten, er springen kann oder wie weit er besondere Geräte werfen, stoßen oder schleudern imstande ist, fasziniert insbesondere bei olympischen Spielen unzählige Zuschauer.

Leichtathletik existiert nicht nur als olympische Sportart im außerschulischen Bereich, es gibt sie ferner im Freizeitsport, in der Schüler- und Jugendleichtathletik, im Rahmen von Rehabilitation und Behindertensport. **Hier geht es nicht um absolute Höchstleistungen, sondern um relative Bestleistungen und auch darum, seine eigenen Grenzen und Chancen kennenzulernen.**

Es geht um das Streben nach persönlicher Leistungsfähigkeit, nach Fitness, Gesundheit, Aktivität, Geselligkeit und Ausgleich zu sitzender Berufstätigkeit, oder Schulstress; Freude daran, im Freien oder in der Natur zu sein.

Wenn die Lust auf die Sportart Leichtathletik geweckt wurde, dann freuen wir uns, euch beim Schnuppertraining begrüßen zu dürfen.

Suchen Sie einfach die passende Gruppe:

Da unser Trainingsangebot sehr umfassend ist, haben wir Ihnen Empfehlungen abgegeben, in welchen Trainingsgruppen ihre Kinder Training betreiben sollten, sowie zu jeder Gruppe eine Kurze Beschreibung angegeben.

Vorschulkinder und Schüler

Von 6 – 7 Jahren: Montag 17:00 – 18:30 Uhr IGS Halle

Gruppe: Leichtathletik Grundlagenvermittlung.

Mit Spiel und Spaß werden Ihre Kinder an die Sportart Leichtathletik heran geführt. Erste Disziplinen wie „Weitsprung, Sprint und Wurf“ werden spielerisch an die Kinder vermittelt. Erste



Wettkampfteilnahmen sind möglich.

Empfohlen!!

NEU* Von 6-11 Jahren: Mittwoch 16:30 – 18:00 Uhr Lossetalstadion / AKV-Halle

Gruppe: Konzept KINDERLEICHTathletik.

In dieser Gruppe geht es darum, *gruppenübergreifend(!)* ihren Kindern den Übergang in die Schülerleichtathletik zu vereinfachen. Hierbei werden wir uns an das Konzept des Deutschen Leichtathletik Verbandes halten: Dies wird im Team stattfinden, denn: Kinder sind keine Einzelkämpfer. Professionelle Individualisten braucht die Leichtathletik erst in der Schlussetappe. Unser Ziel: Anspruchsvolle Jugenddisziplinen (beginnend ab 14 Jahren) werden nun durch Kinder Disziplinen speziell vorbereitet. Sei es als Hinführung zum Hürdensprint, zum Hochsprung, oder zum Kugelstoßen. Neue Disziplinen, neue Ideen, viel Spaß!



Empfohlen: Stark empfohlen als zusätzliche zweite Trainingseinheit!!!!!!

Wir hoffen, dass dieses Gruppenübergreifende Angebot viele Kinder zusammenführt!

Von 8-11 Jahren: Montag 17:00-18:30 IGS Halle, Donnerstag 16-17:30 Lossetalhalle

Gruppe: Vermittlung Schülerleichtathletik.

In der Schülerleichtathletik steht die Teilnahme von Wettkämpfen ganz oben auf dem Programm. Leichtathletik nimmt spätestens jetzt auch ein großes Gebiet im Schulsport ein. Anders als im Fußball ist nun eine Einzelwertung in der Leichtathletik auf der Tagesordnung! Die Disziplinen Weitsprung, Ballwurf und Sprint werden verfeinert. Neue Disziplinen wie Hochsprung am Ende angefangen zu erlernen.



Empfohlen: ab 8 Jahre!

Ab 12 Jahren: Montag 18:00-20:00 IGS Halle, Donnerstag 17:30-19:00 Lossetalhalle,

Mittwoch 18:00-19:30 Uhr Lossetalstadion

Gruppe: Spezielle Vermittlung der Sportart Leichtathletik.

Schülerinnen und Schüler werden nun die Jugenddisziplinen verfeinern und an Wettkämpfen teilnehmen. Viele neue spannende Disziplinen können bei uns erlernt werden.

Empfohlen: ab 12 Jahre!

Lauftraining: Montag 17:30-19:00, Mittwoch 17:30-19:00 Lossetalstadion

Gruppe: Lauftraining. Spezielles Lauftraining für Kinder und Jugendliche. Kindern und Jugendliche werden speziell auf Lauf-Wettkämpfe (Meisterschaften, Volksläufe) vorbereitet.

Besuchen Sie unsere Trainingsgruppen, schnuppern Sie in die Leichtathletik herein.

Bei Fragen stehe ich Ihnen zur Verfügung:

Ansprechpartner Silvan Döring, E-Mail pressewart@lg-kaufungen.de