

Laufen für Kinder & Jugendliche

von 9 bis 13 Jahren

Start ist der 12.06.2015

1901 - 2001



Infoveranstaltung

1901 - 2001



am Freitag 29.05.2015
um 17:30 Uhr

in der Vereinshalle des VfL Wehbach
Koblenz-Olper-Straße, 57548 Kirchen-Wehbach

www.lauftreff-wehbach.de

Eure Trainer sind:



Heinz Wagner

Mareike Gilles

Wir freuen uns auf euch!

Laufen für Kinder & Jugendliche

Inhalt des Kinder- und Jugendtrainings:

1. Für Kinder im Alter von 9 bis 13 Jahren
2. Das Erlernen einer gesunden Lauftechnik
3. Kräftigungsübungen und Entspannungstechniken
4. Wie oft und wie viel soll ich laufen
5. Wie bleibt der Spaß am Laufen
6. Teilnahme an Laufveranstaltungen für Kinder und Jugendliche

Ziel:

Ziel des Lauftreffs ist, den Kindern und Jugendlichen auf kindgerechter Basis **Laufspaß** zu vermitteln.

Uhrzeit und Treffpunkt:

immer Freitags von 18:00 bis 19:00 Uhr

Treffpunkt ist an der Turnhalle des VfL in Wehbach

Infos und Anmeldung:

Mareike Gilles, Übungsleiterin im VfL Wehbach

Telefon: 0160/8106038, e-mail:mareikedaniel@t-online.de

Heinz Wagner, Übungsleiter im VfL Wehbach

Telefon: 0175/6248669

Kosten:

Die Teilnahme setzt eine Mitgliedschaft im VfL Wehbach voraus.

1901 - 2001

