

Ausschreibung: Montag Konditionstraining

Teilnehmende: ❖ JO Kinder Jahrgänge 2013 und 2014 mit erhöhtem Leistungswillen (z.B. Ziel NSV – aber nicht nur)
Ältere Jahrgänge bei freien Plätzen möglich

Zweck: ❖ Förderung der Kondition, Koordination, Beweglichkeit und Kraft
❖ Vorbereitung für kompetitives Skifahren
❖ Spass in der Gruppe zu trainieren

Daten: ❖ Montags vom 16. Oktober bis 18. Dezember 2023
❖ Montags vom 8. Januar bis 29. Januar 2024
❖ Montags vom 19. Februar bis 25. März 2024

Zeit: 17.15 Uhr bis 18.45 Uhr

Ort: Turnhalle Isenringen, Beckenried

Mitbringen: Sportbekleidung, Hallenturnschuhe

Leitung: Markus Vallata, Dominik Ambauen, Pascal Bratschi, Silvan Bättig

Anmeldung: Bis 6. Oktober 2023 via Fairgate

Kontakt bei Fragen: Silvan Bättig, 079 797 50 68

