

TSV Bisingen – Abteilung Kinderleichtathletik

In der Kinderleichtathletik-Gruppe trainieren Kinder der Jahrgänge 2005 und 2006. Die Gruppe umfasst ca. 12 Kinder. Wir treffen uns immer freitags von 19.00 – 20.30 Uhr in der Kirchspielsporthalle – im Sommer sind wir draußen auf dem Hartplatz.

Unser Trainingsprogramm umfasst das Laufen, Springen und Werfen. Wir trainieren die Ausdauer, machen Dehnübungen und Stabilisierungsübungen sowie Koordinationstraining. Im Winter machen wir auch gelegentlich Spiele, Zirkeltraining oder Elemente aus der Kinderleichtathletik. Im Sommer trainieren wir speziell für 50m-Lauf, Weitsprung, Ballwurf und 800m-Lauf.

Da es den Kindern ab diesem Jahr möglich ist, an den 3-Kämpfen mitzumachen, planen wir an den Wettkämpfen im Zollernalbkreis teilzunehmen. Außerdem machen wir mit der ganzen Gruppe nach den Sommerferien das Sportabzeichen.

Bettina Fischer, Albstr. 15, Bisingen, Tel. 913967