

# Leichtathletik-Fördertraining

Winter 2014/2015



## Angebot "Running for Fun"

- Wie laufe ich richtig? (Haltung, Atmung, Kraft)
- Sprint (Kurzstrecke) oder Ausdauer (Langstrecke)?
- Tipps und Anregungen

## Wann:

Sonntag, 1. März 2015 von 14:00 bis 16:00 Uhr im Freien bei jedem Wetter

## Wo:

29345 Südheide, Ortsteil Unterlüß,  
Dr. August Biermann Stadion

## Wer kann teilnehmen?

12 bis 15 jährige Leichtathletik-Interessierte aus dem gesamten Kreis Celle, auch ohne Vereinszugehörigkeit

## Wer leitet:

A-Trainer Sinowij (Jan) Rybizki  
mit Unterstützung der **LG UFO**



## Anmeldung (mit Jahrgang):

Nicole Lange 05055 / 5629 [fam.nicolelange@web.de](mailto:fam.nicolelange@web.de)  
Jürgen Schiller 05055 / 8109 [schiller.logdie@t-online.de](mailto:schiller.logdie@t-online.de)

## Nächstes Angebot:

Förderabschluss-Sportfest 22.3.2015 in Lachendorf

Das Fördertraining ist eine Aktion des  
**Kreis-Leichtathletik-Verbandes Celle** und seinen  
Mitgliedsvereinen