Leichtathletiktraining Wintersaison 2019/2020

Du hast Lust eine der vielfältigsten olympischen Sportarten auszuüben. Dann bist du bei uns genau richtig. Wir, die Leichtathleten vom SVL sind eine bunt gemischt, lustige und lebhafte Gruppe aus Kindern und Jugendlichen zwischen 6 und 20 Jahren. Egal, ob Mädchen oder Junge, klein, groß, wichtig ist, dass du Lust hast Sport zu machen. Außerdem wäre es gut, wenn du 6 Jahre alt bist, oder bald wirst. Bei unter 6-Jährigen müssen wir immer erstmal ausprobieren, ob das schon funktioniert. Jetzt im Winter hast du 3 Möglichkeiten zum Schnuppern bei unserem Training vorbei zu schauen.

Wir trainieren:

Dienstags von 15.30-17.00Uhr auf der Kreissportanlage, also draußen. Bitte zieht euch hierfür entsprechend warm genug an, da das Wetter dann ja auch mal kühler werden kann. Bei Dauerregen muss das Training dienstags leider ausfallen! Ihr werdet aber wie jetzt auch informiert, wenn dies der Fall ist. Aufgrund der Dunkelheit, des vermutlich schlechteren Wetters und der Tatsache, dass der Dezember meist bei vielen mit Weihnachtsfeiern etc. ziemlich verplant ist, findet das Training dienstags nur im **Oktober und November** statt. Im Dezember nicht! Das Training ist für alle Altersklassen!

Am **Donnerstag** findet das Training für alle statt, die 2010 oder früher geboren worden sind statt. Also für alle, die die nächstes Jahr in der **M/W 10 und älter** starten.
Wir trainieren in der Zeit von **18:00-20:00Uhr** - falls jemand schon um 19:30Uhr abgeholt werden muss, ist das auch kein Problem. Für manche ist 20.00Uhr in der Schulzeit doch erfahrungsgemäß relativ spät ist. In der Zeit von 18.00-18.30Uhr gehen wir draußen laufen, bitte hierfür draußen Sachen und möglichst helle Kleidung anziehen. Bei schlechtem Wetter haben wir eine Indooralternative, sodass Trainingsbeginn immer um 18:00Uhr ist! Das Training findet in der Kreissporthalle - bei der Schwimmhalle/IGS statt.

Am **Freitag** trainieren wir von **15.00Uhr bis 17.00Uhr in der Mehrzweckhalle** der Grundschule Lengede. Das Training ist für alle Altersgruppen!
In der Zeit von **15.00Uhr bis 15.30Uhr** gehen wir **draußen** laufen, daher bitte auch Draußenlaufsachen mitbringen und möglichst helle Kleidung ggf. Sicherheitswesten oder anderes reflektierende Kleidung anziehen. Wir gehen den ganzen Winter laufen, sollte das Wetter mal zu schlecht sein oder wir die Wegbeschaffenheit als zu glatt empfinden, werden wir drinnen mit dem Training beginnen. Wir treffen uns also immer um 15.00Uhr. Falls ihr freitags länger Schule habt und erst um 15.30Uhr dazustoßen könnt, könnt ihr das gerne machen.
Aber ansonsten freuen wir uns, wenn immer möglichst alle die Laufrunde mitlaufen!

Einen Hinweis der 31.10.2019 (Reformationstag) ist dieses Jahr ein offizieller Feiertag in Niedersachsen. Daher findet dort kein Training statt.

Gerne kannst du alleine, oder mit einem Freund oder einer Freundin vorbeischauen.
Falls Ihr Fragen habt oder weitere Informationen benötigt, könnt ihr uns kontaktieren.
Karo (k.kasten-len@t-online.de)

Das Trainerteam der SVL Leichtathleten