



AG Leichtathletik

In der Leichtathletik -AG geht es um verschiedene Übungen der Disziplinen Laufen, Springen und Werfen die spielerisch erlernt werden können.

Die Kinderleichtathletik bietet Spaß an der Bewegung und die Möglichkeit Disziplinen im Team oder als Einzelsportler zu bewältigen.

Wir werden sowohl in der Halle als auch draußen trainieren.

Mögliche AG Inhalte:

- Laufen: Sprint, Ausdauer, Staffel, Hindernislauf
- Sprung: Weitsprung/ Zielweitsprung, Hoch- Weitsprung, Einbeinhüpfer- Staffel
- Werfen: Schlagwurf, Zielwerfen, Beidarmiger Stoß, Drehwurf
- Allgemein: Spiele, Koordination, Dehnen

Gruppengröße: max. 10 Kinder

Bemerkung: Hallenschuhe und Sportbekleidung sind Pflicht.