

Leichtathletik

Sommerplan

new

**Sportabzeichen-
gruppe Ü30**

Freitag: 16.45 - 18.15 Uhr

Infos & Anmeldung bei:

Isa Scholtissek

0171/ 3859524

isa.scholtissek@ltv-online.info

BBd LTV
Dürkheim e.V.





U6

Inhalte

- Gemeinsam Leichtathletik erleben
- Laufen, Springen, Werfen
- Freude an Bewegung
- Spielerisch Bewegung fördern
- Schulung allgemeiner Koordination

Training

Freitag: 16.30–18.00 Uhr Stadion
Für Kinder von 5–7 Jahre (Übergang in die Gruppe U8/U10 je nach Können).

Sommerplan



Trainerin

franziska.fuchs@ltv-online.info

Franziska Fuchs

U6



C-Trainerin

0151 / 61406700
rabea.klink@ltv-online.info

Rabea Klink



U8 / U10

Inhalte

- Spielerisch Leichtathletik erlernen
- Laufen, Springen, Werfen vertiefen
- Teamwettkämpfe in der Kinderleichtathletik
- Vielseitige Bewegungen trainieren
- Hinführen zu Disziplinen der Leichtathletik

Training

Montag: 17.00–18.30 Uhr Stadion

Freitag: 16.30–18.00 Uhr Stadion

Sommerplan



Katy Dietrich

C-Trainerin

katy.dietrich@tv-online.info

U8



Julika Zwirtz

C-Trainerin

julika.zwirtz@tv-online.info

U10



Andreas Kolleth

C-Trainer

0176 / 47718626
andreas.kolleth@tv-online.info



U12 / U14

Inhalte

- Bekannte Disziplinen vertiefen
- Neue Disziplinen kennenlernen
- Gezieltes Techniktraining
- Spielerisches Konditionstraining
- Training für Team- und Einzelwettkämpfe

Training

Montag: 17.00–18.30 Uhr Stadion

Donnerstag: 17.30–19.00 Uhr Stadion

Freitag: 16.30–18.00 Uhr Stadion

Sommerplan



Thomas Kolleth

C-Trainer

0177 / 3189361
thomas.kolleth@ltv-online.info

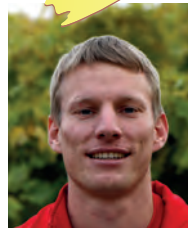
U12



Rabea Klink

C-Trainerin

0151 / 61406700
rabea.klink@ltv-online.info



Christian Heilmann

B-Trainer Sprint

0177 / 4912034
sport@ltv-online.info

U14



Jugend / Aktive

Sommerplan

Inhalte

- Training aller Disziplinen
- Individuelles Training in der Gruppe
- Zielgerichtetes Konditionstraining
- Wettkampfteilnahme fördern
- Gemeinsam Leichtathletik betreiben

Training

Montag:	18.45–20.45 Uhr Stadion	
Mittwoch:	17.45–19.45 Uhr Stadion	<i>Wettkampfgruppe</i>
Donnerstag:	19.15–21.15 Uhr Stadion	
Freitag:	18.15–20.00 Uhr Stadion	<i>nach Absprache</i>



B-Trainer Sprint
0177 / 4912034
sport@ltv-online.info

Christian Heilmann U16/U18



C-Trainer
0177 / 1706322
zweiter@ltv-online.info

Stefan Heilmann



Diplom Sportlehrer
06322 / 966855
erster@ltv-online.info

Uli Fehr

Eine vielseitige leichtathletische Grundausbildung ist für alle Sportarten förderlich, hilft im Schulsport und ist auch unter gesundheitlichen Aspekten empfehlenswert!



Kompetente Betreuung in allen leichtathletischen Disziplinen durch lizenzierte B- und C-Trainer



Zahlreiche Erfolge auf regionaler und nationaler Ebene



Leistungstraining mit individuellen Trainingsplänen oder einfach nur nach Lust & Laune Sport treiben



Zahlreiche Freizeitaktivitäten

Der Leichtathletikverein in Bad Dürkheim

www.ltv-online.info

