



Infoblatt der Aktivabteilung Für neue Athletinnen und Athleten

Liebe Athletinnen und Athleten, liebe Eltern

Der Wechsel von der Schülerabteilung zu der Aktivgruppe bringt für die Athletin oder den Athlet einige Veränderungen.

Eine grosse Veränderung ist sicherlich die erwartete Selbständigkeit und die späteren Trainingszeiten. Hier die wichtigsten Infos im Überblick:

Trainingszeiten

Mo: 18:45 -21:00 Uhr

Mi: 19:00-21:00 Uhr

Fr: 18:45-21:00 Uhr

Anmerkung: Die Trainingszeiten werden meist eingehalten. Ein optimales Training ist allerdings nicht immer pünktlich! Daher kann es auch mal 21:15 Uhr werden.

Ausrüstung

Immer dabei: Trinkflasche
Laufschuhe
Hallenschuhe (nur im Winter)
Sprint-Nagelschuhe
Trainer
Notizmaterial

Spezialausrüstung wie Wurf- oder Sprungschuhe sind nach Trainingsplan mitzunehmen. Auch Regentrainer, wärmere Wäsche oder Sonnencreme müssen dem Wetter entsprechend dabei sein.

Training

Jeder bemüht sich für ein angenehmes und faires Klima, daher haben Unpünktlichkeit, Gemeinheiten und Unsportlichkeiten keinen Platz im Training.

In den Schulferien werden teilweise Trainings angeboten, dies wird aber im Vorfeld besprochen und abgemacht.

Verantwortung: Stefan Fitze

Wettkämpfe

Ein Jahresprogramm wird frühzeitig vor dem ersten Wettkampf im nächsten Jahr verteilt. Im Programm sind sogenannte Team-Wettkämpfe markiert. Für diese Anlässe wird die gesamte Aktivabteilung angemeldet! Für die restlichen Wettkämpfe werden die Anmeldungen im Training individuell aufgenommen.

Verantwortung: Thomas Koster

Wichtig: Teamevent findet am Freitag 28.10.2011 statt! Infos folgen...

