

Einladung zum Wurftraining innerhalb des Landesleistungsstützpunktes Grenzland

Der Landesleistungsstützpunkt Grenzland möchte hiermit interessierten Athleten/tinnen (U16 – U20), sowie deren Trainern, die Möglichkeit anbieten, in der kommenden Winterperiode 2011/2012 an sechs Wurftrainingstagen teilzunehmen.

Die Trainingseinheiten finden abwechselnd in Erkelenz, Übach-Palenberg und Hückelhoven jeweils von 09.30 Uhr bis ca. 15.30 Uhr statt. Schwerpunkt dieser Trainingseinheiten wird die technische Ausführung im Kugelstoßen, sowie Diskuswerfen sein. Desweiteren werden spezielle Wurfübungen und Möglichkeiten zur Steigerung der Kraft vorgeführt.

Das Training wird von dem mehrfachen niederländischen und deutschen Seniorenmeister im Kugelstoßen und Diskuswerfen, Herrn Peter Holthuijsen durchgeführt.

Folgende Termine sind geplant:

19.11.2011 – Erkelenz
10.12.2011 – ~~Übach-Palenberg~~ **Hückelhoven**
07.01.2012 – Hückelhoven
04.02.2012 – Erkelenz
~~10.03.2012 – Hückelhoven~~
24.03.2012 – **Erkelenz**

Interessenten werden gebeten sich per Mail bei harald-eifert@tonline.de anzumelden, damit entsprechend geplant werden kann.

Ebenfalls wird darum gebeten, eigene Kugeln und Disken mitzubringen.

Mit sportlichen Grüßen

Harald Eifert
(Stützpunktleiter)