



Trainingstage Frühlingsferien 2018

Datum:	9. – 11. April 2018
Zeit:	10:00 - 15:30 Uhr
Ort:	Sportanlage Landhaus Teufen
Wer:	Motivierte Leichtathletinnen und Leichtathleten ab Jahrgang 2008



In den Frühlingsferien bietet Ostschweiz Athletics in Zusammenarbeit mit der Sportlerschule Appenzellerland drei Trainingstage an, damit du auch während den Frühlingsferien an deiner Schnelligkeit, Technik und Koordination feilen kannst. Es wird ein vielseitiges, alters- und stufengerechtes Mehrkampftraining angeboten. Unter professioneller Leitung profitierst du während diesen drei Tagen von fünf intensiven Trainingseinheiten und kannst dich optimale auf die kommende Saison vorbereiten.

Nutze diese einmalige Möglichkeit und melde dich bei uns an!

Trainingszeiten:

- Montag: 10.00 – 12.00 Uhr und 13.30 – 15.30 Uhr
- Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr
- Mittwoch: 10.00 – 12.00 Uhr und 13.30 – 15.30 Uhr

Kosten: 70.- CHF

Informationen:

- Alle Athletinnen und Athleten sind für die Verpflegung am Mittag selbst verantwortlich (Räumlichkeiten für das Mittagessen werden von der Sportlerschule zur Verfügung gestellt). Für sportlergerechte Zwischenverpflegung ist gesorgt.
- Es erwartet dich ein kleines Geschenk für deinen tollen Trainingsfleiss.

Durchführung ab mindestens 8 Athletinnen und Athleten.

Wir freuen uns auf deine Anmeldung!

Anmeldung bis am Freitag, 9. März 2018 an:

Ostschweiz Athletics

Andrea Einspieler

sekretariat@ostschweiz-athletics.ch