

Freestyle Aufbautraining Nachwuchsgruppe



Datum: 17.09.2017 von 10:00 – 16:00 Uhr

Ort: James-Krüss-Grundschule, Landsberger Straße 17, 82205 Gilching

Veranstalter: Bayerischer Radsport-Verband

Trainer: Nina Herzog und Melanie Reich

Teilnahmevoraussetzung: BRV-Mitgliedschaft

Teilnahmegebühr: 5 € sind vor Ort bar zu bezahlen

Für wen ist die Nachwuchsgruppe gedacht?

Sportlerinnen und Sportler, die gerne mit Fahrern aus anderen Vereinen gemeinsam trainieren, sich gegenseitig motivieren und voneinander lernen wollen. Für die Nachwuchsgruppe sind regelmäßige Trainings in unterschiedlichen Vereinen geplant, die von erfahrenen Trainern, Sportlern und Kaderfahrerinnen durchgeführt werden. Inhalte der Trainings sind die Verbesserung von Tricks, Erlernen neuer Tricks, das Einüben von Kürelementen und Schulung der Präsentation. Langfristiges Ziel ist es, aus der Nachwuchsgruppe künftige Kaderfahrerinnen auszubilden.

Welche Tricks sind Voraussetzung, um an dem Training teilnehmen zu können?

- Standwalk mit Partner
- Dragseat in front fahren
- Dragseat in back fahren
- Hopping on wheel
- Gezogenes gliding

Wie läuft das Training ab?

Damit sich die Teilnehmer gegenseitig kennen lernen, beginnen wir mit ein paar Spielen. Danach folgt ein lockeres, gemeinsames Training, aufbauend auf den oben genannten Tricks. Neben der Tricks werden wir auch Übungen zu Ausdruck, Performance und Musikgefühl machen und Gruppenkürelemente einüben. Weder der Spaß, noch das Lernen neuer Tricks wird in diesem Training zu kurz kommen.

Anmeldung:

Bitte bis spätestens **02.09.2017** per Mail an melanie-reich@t-online.de

Wir freuen uns auf Eure Anmeldung.

Nina Herzog und Melanie Reich