

Sportgemeinschaft Götzenhain 1945 e.V.

Datum: am 11.12.2022 um 12:00-13:30

Titel: 2. Workshop "Kraftsport für Klein & Groß" ab 5 J.

Der 2.Workshop "Kraftsport für Klein und Groß" findet zu den unten aufgeführten Terminen statt.

Trainiert werden Elemente aus den Bereichen Cross-Fitness, Parkour und Calisthenics. Ziel ist, neben jeder Menge Spaß an der Bewegung, auch die Kraft, Ausdauer und Geschwindigkeit auf spielerische Weise zu verbessern.

Fernsehformate wie "Catch" machen es vor. Wer dann im nächsten Jahr selbst Wettkampf-Erfahrung sammeln möchte, kann sich für den "XLETIX Kids Hindernislauf" am 18.06.2023 in Offenbach anmelden. Wir Trainer/*innen stehen euch an diesem Tag auch zur Seite.

Genauere Infos findet ihr unter: <https://de.xletix.com/xletix-kids-offenbach-2023/>

Folgende Trainingstermine bieten wir bis zu den Weihnachtsferien an:

- 03.11.2022 16:30-18:00 Uhr
- 20.11.2022 12:00-13:30 Uhr
- 04.12.2022 12:00-13:30 Uhr
- 11.12.2022 12:00-13:30 Uhr

Zum erstmaligen Training unter vereinsbuero@sggoetzenhain.de anmelden und bitte in Begleitung eines Erziehungsberechtigten erscheinen.

Trainer*in: Ina & Yassine
