



Kreisturnverband
Zurzach

Ausschreibung Leichtathletik + NA Kurs

Für Leiter und Leiterinnen der Aktiv- u. Damenriegen
und den Jugend- u. Mädchenriegen des
Kreisturnverbandes Zurzach
Männer / Frauen sind auch herzlich eingeladen

- Datum: **Freitag, 27. April 2018**
- Zeit: **19.30 – 22.00 Uhr**
- Ort: **Tegerfelden** **Turnplatz Aussenanlagen**
- Kurs Leitung: Guido Müller LA /NA Verantwortlicher KTVZ
- Lektion Leiter: Chregi Thoma erfahrener Mehrkämpfer LA
- Urs Hasler Steinstösser u. Kugelstösser
- Kursinhalt / Ablauf: Weitwurf und Steinstossen
- | | | |
|-----------|--|--------|
| 19.30 Uhr | Begrüssung und Info | Guido |
| 19.35 Uhr | Einlaufen mit Startübungen (Tiefstart) | Chregi |
| 20.10 Uhr | Weitwurf (Ballwurf, Wurfkörper/-Stab) Gruppe 1 | Chregi |
| | Steinstossen Gruppe 2 | Urs |
| 21.00 Uhr | Wechseln, Gruppe 1 STS / Gruppe 2 WU | |
| 21.55 Uhr | Kursbesprechung | Guido |
| 22.00 Uhr | Kursende | |
- Mitnehmen: Turnbekleidung (auch für Schlechtwetter)
- Anmeldeschluss: Mittwoch, 18. April 2018**
- Anmeldung an: Guido Müller, Grabenstrasse 1, 5426 Lengnau
postmaster@gm-massagen.ch oder 079 632 52 26

Anmeldeformular:-----

Verein/ Riege --

Anzahl Teilnehmer --

Verantwortlicher Leiter/in --

Tel. Nr. --