

## **Kühle Temperaturen beim Leichtathletik Kurs vom 28.4. in Tegerfelden.**

**Hochkarätige Leiter im Einsatz mit Jürg Werder, Gebensdorf , Tech. Leiter Kreis Baden und Urs Hasler, Hellikon, mehrfacher Schweizermeister im Kugelstossen und Steinstossen.**

Mir nur 13 Teilnehmer/innen (wovon 3 TK-Mitglieder) von 4 Vereinen fand der ausgeschriebene Leichtathletik Kurs für Leiter und Leiterinnen der Aktivriegen und Jugend- und Mädchenriegen des Kreisturnverbandes statt. Organisator Guido Müller ist enttäuscht, hätte eigentlich gegen 30 Teilnehmer erwartet von mindestens 15 Vereinen.

Beim Einlaufen zeigte Jürg verschiedene Möglichkeiten, wie hier schon ein Lauftraining in lockerer Art integriert werden kann. Mit einfachen technischen Abläufen wurden die Teilnehmer geschult.

In zwei Gruppen aufgeteilt, Jürg mit Weitsprung und Urs mit Kugelstossen startete der zweite Kursteil. Bei beiden Disziplinen hörten die Teilnehmer den zwei Leitern sehr gespannt und interessiert zu beim Erklären der Technischen Abläufe. Dann ging es ans umsetzen dieser Vorübungen und natürlich auch ans aktiven Springen und Stossen. Einige Teilnehmer durften so ganz neue körperliche Erlebnisse erfahren, was für Leistungen man erreichen kann, wenn man technisch richtig den Ablauf absolviert.

Bei der Kursauswertung erhielten die Teilnehmer schriftliche Unterlagen, welche sie in ihren Trainings besten anwenden können. Alle lobten den Kurs und die Informationen von den beiden Leitern. Die Teilnehmer wünschen, dass solche Kurse weiter angeboten werden.

***Fazit; Die Abwesenden Vereine haben einen tollen und lehrreichen Abend verpasst.***

Der Kreisturnverband Zurzach Dankt den zwei Leitern und den anwesenden Leitern und Leiterinnen und dem Turnverein Tegerfelden.

Der Kursverantwortliche, Guido Müller