

Schnupperkurs der Leichtathletik „Hammerwerfen leicht gemacht“ des LC Cottbus (der Traditionsverein in der Lausitz!)

Der Schnupperkurs der Leichtathletik zum Thema „Hammerwurf leicht gemacht“ bietet dir eine tolle Kombination aus **Bewegung, Artistik und Spaß**. Weitere Möglichkeiten, dein Können und schlummernde Talente kannst du hier auf dem Gelände des LC Cottbus kennenlernen und testen. Alters- und leistungsgerechte Kleingruppen garantieren jedem Spaß! Ganz egal, ob du schon ein erfahrener Leichtathlet bist oder gerade erst mit der Leichtathletik beginnst.

Das Programm des Schnupperkurses 30.04.2022 (10:00- 13:00Uhr):

Bei diesem Taster-Camp liegt der Fokus auf dem Hammerwerfen. Auf dem Programm stehen dabei spielerische Übungen, in denen du deine technischen Fähigkeiten verbessern kannst. Außerdem lernst du spannende Turnformen kennen, wie zum Beispiel das schnelle Drehen und Bewegen um die eigene Körperachse. Hier kannst du dich beweisen und versteckte Talente zeigen. Neben dem Hammerwerfen, gibt es an diesem Tag im Casting weitere Bewegungsformen zu entdecken. So kannst du unter anderem mit dem Ball beim Turnen, Springen, Laufen und Balancieren zeigen, was du abseits von der Stadionrunde sportlich draufhast. Und vielleicht entdeckst du dabei ja noch ungeahnte Talente und den Spaß an einer dir bisher weniger bekannten Sportart.

Abseits des normalen Trainings gibt es noch mehr bei uns zu entdecken und zu erleben!

Mit unserem qualifizierten Trainer:

werden die 3 Stunden wie im Fluge vergehen und ein besonderer Tag für dich und deine Eltern werden.

Wichtig ist, dass du dich wohl fühlst und eine gute Zeit hast!

Dafür sorgen die Betreuer vor Ort, die mindestens genauso sportbegeistert sind wie du! Sie sind sowohl **sportfachlich als auch pädagogisch geschult** und haben immer ein offenes Ohr für dich. Außerdem stehen Teamplay, Fairplay und die Freude am Sport stets im Vordergrund, um einen rundum gelungenen Schnupperkurs durchzuführen. So können sich auch deine Eltern zu Hause oder vor Ort entspannt zurücklehnen.

Dieser Schnupperkurs wird vom LC Cottbus finanziell unterstützt, deshalb entstehen den Eltern oder Teilnehmern keine Kosten.

Wir bitten um eine zeitnahe Online- Anmeldung beim (lc-cottbus@t-online.de).

Für Getränke ist gesorgt. Aus verständlichen Gründen, bitten wir um Sportbekleidung die der Witterung angepasst ist. Das Programm gibt es als Handout zum Nachahmen und probieren im eigenen Haus oder Garten.

**Der Termin in Kürze: Schnupperkurs 2022 „Hammerwerfen leicht gemacht“
für junge, interessierte Kinder
30.04.2022 (10:00 Uhr bis 13:00 Uhr)
Leichtathletik-Halle / Cottbus**

Bei Interesse bittet das Team des LC Cottbus um Online-Anmeldung!