

Spiridon-Club Bad Oldesloe

Laufgemeinschaft Trave e.V.

Pressemitteilung



31.7.2019



Hans-Otto Dietrich aus der Prüfer-Gruppe bei der Messung der Wurfweite

Guter Vorsatz für diesen Sommer: Sportabzeichen machen beim Spiridon-Club Bad Oldesloe!!

Das Sportabzeichen hört sich nach olympischen Wettkämpfen an, die erforderlichen Leistungen sind aber für jeden mit einem überschaubaren Training zu erreichen! Auch in diesem Jahr findet wieder beim Spiridon-Club Bad Oldesloe das Vorbereitungstraining statt, eine Vereinszugehörigkeit beim Spiridon-Club oder bei anderen Sportvereinen ist nicht erforderlich!

An jedem Mittwoch zwischen Anfang Mai bis Ende September wird zwischen 18.30 Uhr und 20.00 Uhr das Training im Kurpark-Stadion durchgeführt. In den Sommerferien gibt es eine kleine Pause, ab 14.8. geht's wieder los mit dem Training für alle unter der Leitung von Melanie Diedrich.

Melanie Diedrich: „Der Spaß an der eigenen sportliche Leistung steht bei uns im Vordergrund! Wir trainieren gezielt miteinander, um die Leistung für das Deutsche Sportabzeichen zu erreichen! Wir geben auch gern Tipps für einen besseren Bewegungsablauf oder für alternative Sportdisziplinen!“

Das Deutsche Sportabzeichen setzt sich zusammen aus vier Gruppen sportmotorischer Fähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination), in allen Gruppen können jeweils die persönlich passenden Sport-Disziplinen ausgewählt werden. Die zu erbringenden Leistungen sind nach Altersstufen, Geschlecht und Leistungsklassen gestaffelt. Je nach Leistung wird das Deutsche Sportabzeichen in Bronze, Silber oder Gold verliehen.

Weitere Informationen kann sich jeder im Internet über die Internetseite www.deutsches-sportabzeichen.de beschaffen.

Selbstverständlich steht aber auch Melanie Diedrich gerne persönlich während der Trainingszeit oder telefonisch unter 04531-886117 für weitere Fragen zur Verfügung: „Jeder kann auch ohne Voranmeldung zu uns kommen, wir freuen uns über eine rege Teilnahme!“



Melanie Diedrich - Leiterin der Trainingsgruppe