



Sportabzeichen Treff

Wir laden ein alle:

Familien, die sich gemeinsam einer sportlichen Herausforderung stellen möchten

Aktive Sportler, die ihre Leistungsfähigkeit überprüfen möchten

Couch Potatoes, die endlich aktiv werden wollen

Corona Träge, die wieder Gesellschaft erleben möchten

Betriebe und Institutionen, denen die Gesundheit der Mitarbeiter am Herzen liegt und **alle anderen**, die einfach einen bewegten Tag verbringen möchten

mit uns zu **rennen, springen, werfen, hüpfen, schwitzen, lachen, anzufeuern**.

Gepprüft werden die motorischen Grundfertigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Es muss jeweils eine Aufgabe bewältigt werden. Es kann aus verschiedenen Übungen ausgewählt werden. Je nach Leistungsniveau wird das Sportabzeichen Bronze, Silber oder Gold verliehen. Die Disziplinen müssen innerhalb eines Kalenderjahres absolviert werden. Es bleibt also bis Ende des Jahres zum Üben und Verbessern. Die genauen Anforderungen findet ihr unter www.deutsches-sportabzeichen.de.

Start: 10.07.2021, dann monatlich

Uhrzeit: 14:00-18:00 (Termine können der u.g. Homepage entnommen werden)

Ort: Sportplatz im Schulzentrum, Kümbdcher Hohl 17, Simmern

Anmeldung: Udo Oelschlägel 0151 54785063, mail: u.oelschlaegel@freenet.de

Silke Theis 0160 1119229 mail: silke_theis@hotmail.com

Weitere Infos: www.hapkido-hunsrueck.de

