

Leichtathletik

**Weitere Informationen
zu den Angeboten:**

**Abteilungsleitung
Leichtathletik**

Uwe Pawlowski

E-Mail: leichtathletik@tg-tuttlingen.de

Geschäftsstelle:

Turngemeinde Tuttlingen 1859 e.V.

Stuttgarter Straße 13

78532 Tuttlingen

Telefon 0 74 61 - 7 15 04

Fax 0 74 61 - 96 84 09

E-Mail gst@tg-tuttlingen.de

Web www.tg-tuttlingen.de

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Montag, Dienstag + Donnerstag: 08.30 – 12.30 Uhr

Dienstag u. Donnerstag: 14.30 – 18.30 Uhr

Angebote der Abteilung Leichtathletik und deren Trainingszeiten

Kinder 6–10 Jahre

- Gemeinsames Aufwärmen in Spielform
- Gymnastik, Dehnen, Stretchen
- Meist spielerisch werden die Abläufe der einzelnen Disziplinen, wie z.B. Weitsprung oder Ballwurf erlernt
- Die Zielrichtung ist auch die Teilnahme an Wettkämpfen
- Spiel zum Auslaufen

im Sommer

ZEIT: dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr
ORT: Donaustadion
LEITUNG: Elvira Goll

im Winter

ZEIT: mittwochs, 17.30 – 19.00 Uhr
ORT: LURS-Sporthalle
LEITUNG: Elvira Goll

Jugendliche 10–15 Jahre

- Gemeinsames Aufwärmen, zum Teil in Spielform
- Gymnastik, Dehnen, Stretchen
- Früher schon erworbene Kenntnisse werden vertieft und die richtige Technik wird erlernt und verbessert
- Die Zielrichtung ist der Leistungsaufbau und die Teilnahme an Wettkämpfen
- Zum Schluss Auslaufen

im Sommer

ZEIT: dienstags, 18.00 – 19.30 Uhr
ORT: Donaustadion
LEITUNG: Bianca Schall, Chiara Pawlowski

im Winter

ZEIT: donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr
ORT: Mühlau-Sporthalle
LEITUNG: Bianca Schall, Chiara Pawlowski

Jugendliche + Erwachsene ab 16 Jahre – Wettkampfgruppe –

- Gemeinsames Aufwärmen
- Gymnastik, Dehnen, Stretchen
- Aufteilung in verschiedene Gruppen, z.B. Sprung, Lauf, Wurf
- Selbständiges Training unter Anleitung eines Trainers, die Disziplin kann sich jeder selbst aussuchen
- Ziel ist die Leistungssteigerung und die Teilnahme an großen Wettkämpfen
- Zum Schluss Auslaufen

im Sommer

ZEIT: montags, 17.30 – 19.00 Uhr
ORT: Alte Festhalle, Krafraum
und
ZEIT: dienstags, 17.30 – 20.00 Uhr,
donnerstags 17.30 – 20.00 Uhr
ORT: Donaustadion
LEITUNG: Uwe Pawlowski, Franz Saile

im Winter

ZEIT: montags, 17.30 – 19.00 Uhr
ORT: Alte Festhalle, Krafraum
und
ZEIT: dienstags, 17.30 – 19.00 Uhr
ORT: Donaustadion
und
ZEIT: donnerstags, 17.30 – 20.00 Uhr
ORT: Mühlau-Sporthalle
LEITUNG: Uwe Pawlowski, Franz Saile