

Trainingsnews September

17.09.2012

Während alle aktiven Gruppen schon längst auf dem Eis sind, wird das ergänzende Athletiktraining nicht vernachlässigt und hart weitertrainiert. Da unsere kleinsten nicht so viel Eiszeiten haben werden immer noch die Inliner eingesetzt sofern das Wetter es zulässt. Hier wird Technik geübt, wobei der Spaß bei den Kids auf den Skates nicht zu kurz kommt. Und Freude haben sie in der Gruppe auf jeden Fall.

Zur gleichen Zeit macht nebenan unsere Aktiven Shorttrack-Gruppe (Jun, Sen) Imitationsübungen (hier bei der Übung Tiefgang). Man beachte den tiefen Kniewinkel.





Wichtiges Information: Als Kumpeltag der 5A 10 km Training wird dafür gesorgt einer