

ULC ZEHNKAMPF SCHÖNBRUNN



Kinder gesund bewegen

Kindergarten

Die Idee

- Initiative des Sportministerium in Kooperation mit den Dachverbänden
- Kostenlos für alle Kinder
 - Förderung durch Sportministerium
- 15 Einheiten á 50 Minuten
- Polysportive Trainingseinheiten
- Abwicklung durch geprüfte Trainer
- Detailinfos zum Programm: www.kindergesundbewegen.at
- Extras vom ULC Zehnkampf Schönbrunn
 - Zusatz: Test zu Beginn und zum Schluss um die Veränderung zu dokumentieren

Die Einheiten

- Unser Programm umfasst 15 Einheiten á 50 Minuten.
- In der 1. Einheit kann ein Test zu Beginn abgehalten werden.
- Von der 2. bis zur 14. Einheit wird unser polysportives Programm, das folgende Schwerpunkte beinhaltet, angeboten: Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination, Kräftigung, Schnelligkeit, Spiel und Spaß.
- In der 15. Einheit wird der gleiche Test wie in der 1. Einheit durchgeführt, der Aufschluss über eine eventuelle Verbesserung geben soll.
- Vor jeder Einheit werden geeignete Aufwärmübungen absolviert.

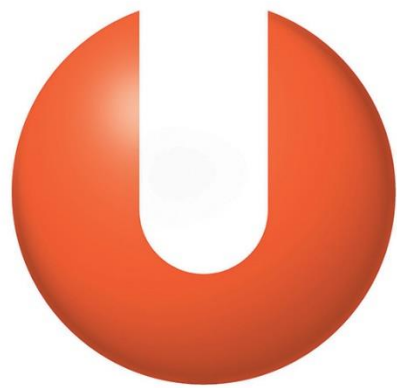
Abwicklung

- Anmeldung über unsere Website
- Trainer nimmt Kontakt mit ihnen auf und vereinbart den Ersttermin
- Detaillierklärung beim Ersttermin und Koordination aller weiteren Termine → optimale Planung für Sie
- Abwicklung und Betreuung ihrer Klasse direkt über den jeweiligen Trainer

ULC Zehnkampf Schönbrunn

- Gegründet 1999
- Schwerpunkte: Leichtathletik, Fußball, Beachvolleyball
- Zentrum: WLV Anlage, Prater
- Wir bewegen ca. 50.000 Menschen jedes Jahr
- www.ulc-zehnkampf.at





**ULC ZEHNKAMPF
SCHÖNBRUNN**

Viel Spaß beim Sport!