

Stützpunkttraining U12/U14/U16 Region Toggenburg Sommersaison 2024 – Stabhochsprungtraining (Donnerstag)

- Wann:** Donnerstags, 18:30 – 20:30 Uhr
Dauer: 18.04.2024 – 22.06.2024; es finden 5 Trainingseinheiten statt.
- Wo:** Sportanlage, Necker
- Wer nimmt teil:** Motivierte Nachwuchs-Athletinnen und -Athleten (U12/U14/U16) aus dem Verbandsgebiet von Ostschweiz Athletics, die regelmässig an den Stabhochsprung-Stützpunkttrainings teilnehmen wollen. Offen für lizenzierte und nicht lizenzierte Athletinnen und Athleten von OA- sowie ATV-/SGTV-Mitglieder-Vereinen zu gleichen Konditionen.
- Wer leitet es:** Martina Brühlmann (J+S-Leiterin)
- Trainingsangebot:** Es wird ein spezifisches, alters- und stufengerechtes, Stabhochsprung-Training angeboten. Unter der Leitung spezifisch ausgebildeter Trainerinnen und Trainern profitierst du von optimalen Bedingungen. Das Training ist als Ergänzung zum Vereinstraining gedacht.

Kosten für Teilnehmende, welche Mitglied in einem Verein sind, welcher einem der folgenden Verbände angeschlossen ist: Ostschweiz Athletics, ATV, SGTV:

- CHF 100.- pro Athletin/Athlet (18.04.2024 – 22.06.2024)
 - Anteil Athletin/Athlet bzw. Eltern/Erziehungsberechtigte: CHF 50.-
 - Anteil Verein pro Athletin/Athlet: CHF 25.-
(wird für Teilnehmende aus den Kantonen AI, AR, SG und FL von Ostschweiz Athletics übernommen)
 - Anteil Verband pro Athletin/Athlet:
 - AI, AR, SG: CHF 25.- (Kostenübernahme durch Ostschweiz Athletics)
 - FL: CHF 25.- (Kostenübernahme durch den LLV)

Kosten für Teilnehmende ohne Verein bzw. für Mitglieder eines Vereins, der keinem der oben gelisteten Verbände angeschlossen ist:

- CHF 150.- pro Athletin/Athlet (18.04.2024 – 22.06.2024)
 - Anteil Athletin/Athlet bzw. Eltern/Erziehungsberechtigte: CHF 150.-

Wie bewerbe ich mich?

Über folgenden Link bis spätestens am 1. März 2024:
<https://forms.gle/tMn1SVjkqYJpDZQx7>

Eine Rückmeldung, ob du aufgenommen wirst, bekommst du bzw. dein Heim-Trainer/deine Heim-Trainerin bis spätestens Ende März 2024.

Kontakt: Philipp Engeler, leichtathletik-toggenburg@gmx.ch

Trainingsplan Stabhochsprung Necker (Donnerstag/Freitag)

07. - 13.04.2024: Trainingslager in Tenero (bereits ausgebucht)		
Do	18.04.2024	Stabhochsprung-Training (U12 + U14 + U16) in Necker SG
Fr	26.04.2024	Stabhochsprung-Training (U12 + U14 + U16) in Herisau AR (ab 16:30 Uhr)
Do	02.05.2024	Stabhochsprung-Training (U12 + U14 + U16) in Necker SG
Sa	22.06.2024	Vormittag: Stützpunkttrainingstag (U12 + U14 + U16) in Filzbach GL ²⁾
Sa		Nachmittag: Stützpunkttrainingstag (U12 + U14 + U16) in Filzbach GL ²⁾
Do	noch offen	Sommerferien-Stabhochsprung-Training (U12 + U14 + U16) in Necker SG ¹⁾
Do	noch offen	Sommerferien-Stabhochsprung-Training (U12 + U14 + U16) in Necker SG ¹⁾
Fr	16.08.2024	Abend: Nachwuchsweekend / Stab (U12 + U14 + U16) in Rapperswil-Jona SG ¹⁾

¹⁾ separate Anmeldung ab 1. Juni 2024 erforderlich

²⁾ Stabhochsprung-Training am Vor- oder Nachmittag (anderer Halbtage: weitere Disziplinen nach Wahl)