

Liebe Eltern, liebe Kids,

gerne laden wir wieder ein zum **Herbst-Athletik-Trainingslager Wangerooge vom 03. bis 07. Oktober 2024 für den Jahrgang 2016 und älter.**

Der Jahrgang 2016 u. jünger erhält die Mail bereits als Information für die kommenden Jahre, dürfen nach Absprache aber bereits ebenfalls in diesem Jahr teilnehmen.

Die Zusammenarbeit der Region Hannover besteht weiterhin, so dass wir uns auf abwechslungsreiche Tage freuen können, in denen sich abermals neue Freundschaften ergeben und alte gefestigt werden.

Das Herbst-Athletiktrainingslager findet immer zu Beginn der Herbstferien statt, um ggf. anschließend noch 10 Tage Urlaub genießen zu können. Somit hoffen wir wieder auf eine rege Beteiligung.

Die Unterbringung erfolgt wie gewohnt im BIELEFELDER HAUS (<https://www.bielefelder-haus.de>) auf Wangerooge.

Auch die Jüngsten sollen an Inhalte herangeführt werden, die sich in einem Trainingslager bestens durchführen lassen. Sie brauchen keine Vorbehalte zu haben Ansprüchen nicht gerecht zu werden.

Bei Unsicherheiten wendet euch bitte an einen von uns Trainern.

Ebenso können sich sportbegeisterte Geschwisterkinder und ggf. auch Freunde melden, welche nicht einem Regionalkader angehören.

Trainingsinhalte und -ziele sind u.a.:

- \*Verbesserung sämtlicher konditioneller Fähigkeiten, insbesondere Laufschule
- \* Stärkung des Sozialverhaltens; Teamgeist
- \* Herantasten, Kennenlernen und Überwinden persönlicher Leistungsgrenzen
- \* Theoriekenntnisse Regelkunde und Ernährung
- \* ggf. Mentaltraining

Nähere Infos erseht ihr in der angehängten Einladung.

**Beim DTB-, TNB- und Regionalkader gehen wir von einer Teilnahme aus, da der Lehrgang Teil der Förderung durch den TNB/ die Regionen ist.**

**Ausnahmen bedürfen der umgehenden Absprache mit dem zuständigen Trainer!**

**Bereits jetzt schon erkennbare Nichtteilnahmen bitte unbedingt mit kurzer Begründung mitteilen!!!!**

Das Trainerteam würde sich sehr freuen, wenn wir wieder einen großen Kreis an Teilnehmern begrüßen können.

Anmeldung ab 01.07.24 unter: <http://tnb-tennis-jwh.de/wangerooge-2024>

oder direkt hier:



Dieser Link wird in den kommenden Tagen erst freigeschaltet.

Sportlichste Grüße

Daniel Greulich & Alexander Dzeick