

An den Verein.....  
Abteilung Leichtathletik

## **Liebe Freunde der Leichtathletik !**

*Nach den von den Nachwuchs-Leichtathleten sehr gut angenommenen Lehrgängen der vergangenen Jahre, schreiben wir auch im neuen Jahr wieder einen Leichtathletik-Tageslehrgang aus und laden Euch und Eure Kinder hierzu herzlich ein.*

*Das diesjährige Thema lautet: "**meine technische Verbesserung in den Wurfdisziplinen (Kugel, Speer, Diskus)**".*

*Die Trainingseinheiten am Vor- und am Nachmittag werden per Video aufgezeichnet und anschließend mit den Aktiven analysiert.*

*Angesprochen sind Jungen und Mädchen ab dem Jahrgang 2000 und älter.*

**Wo:** Sportplatz an der Mintarder Straße 45 in Mülheim-Saarn;

*Der Zugang zur Sportanlage befindet sich direkt neben der Harbecker Sporthalle (siehe auch beiliegende Anfahrtsskizze).*

**Wann:** am Samstag den 20. März 2010.

*Beginn um 10 Uhr - Ende gegen 17 Uhr.*

**Wichtig:** mitzubringen sind neben der wetterfesten Kleidung auch Hallen-Sportschuhe mit nichtfärbenden Sohlen.

*Für ein Mittagessen wird vom örtlichen DJK-Verein VfR Mülheim-Saarn in dessen nahem Clubheim gesorgt. Getränke (Mineralwasser und warmer Tee) stehen zur Verfügung.*

**Referenten:** Marion und Martin Schürenberg (DJK LC Assindia Essen)  
und Marc Spieß (DJK-Sportgemeinschaft Essen-Schönebeck).

**Teilnehmergebühr:** wie in den Vorjahren 8,- Euro je Teilnehmer/in.

*Anmeldungen zum Leichtathletik-Lehrgang "**Wurf**" sind bis zum 08. März 2010 an die DJK-Geschäftsstelle zu richten.*

*Aus organisatorischen Gründen muß eine Teilnehmerzahl von mindestens 20 Leichtathleten/innen gewährleistet sein!*

*Mit sportlichen Grüßen*

Jürgen Funke / DV-Sportwart

Klaus Peter Scholz / DV-Geschäftsführer