



- Wann:** Ab dem 13.06.2022, jeden Montag (auch in den Sommerferien)
18:00 Uhr bis 20:00 Uhr
- Wo:** Sportplatz Holtwick (Rasenplatz)
- Was:** Trainingsmöglichkeiten und Leistungsabnahmen für diverse Disziplinen im Bereich Ausdauer (u.a. 800m-/3000m-Läufe), Kraft (u.a. Ball-/Medizinballwurf), Schnelligkeit (u.a. 30m-/50m/100m-Sprint) und Koordination (u.a. Weitsprung, Schleuderball, Seilsprung)

Sondertermine zum Vormerken:

14.08.2022, 10:30 Uhr	Radsport (200m, 20 KM); Handwerkerstraße Holtwick
07.09.2022, 17:00 Uhr	Nordic Walking (7,5 KM-Ausdauer); Sportplatz Holtwick
25.09.2022, 10:30 Uhr	Radsport (200m, 20 KM); Handwerkerstraße Holtwick