

Trainingsplan SCNL SB Rookies - Sommer 2019

Samstag	27.04.2019	11:00-17:00	Skateboarden	Skatepark Brilon
Freitag	03.05.2019	18:30 - 20:00	Kraft / Koordination / Turnen	Grundschulturnhalle Winterberg
Freitag	10.05.2019	18:00 - 20:00	Grundlagen MTB (Raymond Braams)	Grundlagen MTB - Poppenberg/Möppi
Mittwoch	15.05.2019	18:00 - 19:30	Trampolin	Gymnasium Winterberg Turnhalle
Mittwoch	22.05.2019	18:00 - 19:30	Trampolin	Gymnasium Winterberg Turnhalle
Mittwoch	05.06.2019	18:00 - 19:30	Trampolin	Gymnasium Winterberg Turnhalle
Freitag	14.06.2019	18:30 - 20:00	Kraft / Koordination / Turnen	Gymnasium Winterberg Turnhalle
Freitag	28.06.2019	18:30 - 20:00	Kraft / Koordination / Turnen	Gymnasium Winterberg Turnhalle
Mittwoch	03.07.2019	18:00 - 19:30	Trampolin	Gymnasium Winterberg Turnhalle
Freitag	12.07.2019	18:30 - 20:00	Kraft / Koordination / Turnen	Gymnasium Winterberg Turnhalle
Sommerferien	15.07 - 27.08. 2019		frei -> neuer Trainingsplan	

Kooperationsprojekt mit der Skiklub Winterberg zur Belebung des Freestyle-Sports

(Termine werden noch bekannt gegeben)

Zusammen mit dem Skiklub Winterberg möchte das Snowboardteam des SC Neuastenberg-Langwiese den Freestyle Sport im Raum Winterberg beleben. Dazu sollen die Weichen im Sommer gestellt werden. In Kooperation mit dem Geschwister-Scholl-Gymnasium Winterberg möchten wir Kinder für koordinativ anspruchsvolle Sportarten begeistern - von Trampolintraining, über Mountainbiken und Klettern, bis hin zu Wakeboarden/Wasserski fahren und Skateboarden.