

## **Jahresbericht Leichtathletik 2019**

Mit neuem Power starteten wir ins 2019.

Nahtlos ging es mit dem Konditionstraining vom Dezember im Januar weiter. Gleichzeitig starteten wir mit der Technik der LA-Disziplinen, welche in der Halle ausgeübt werden können. Bis zu den Frühlingsferien bestand das Training mehrheitlich aus Einführung, Aufbau und Verfeinerung der Hallendisziplinen. Ebenfalls wurden Rythmusschulung und Laufschnelle verstärkt trainiert.

Nach den Frühlingsferien wechselten wir auf die 400m Rundbahn. Endlich konnten wir die neu renovierte Anlage in vollen Zügen geniessen. Neben dem Aussen-Lagerraum der Hochsprungmatten wurde ein neuer LA-Materialraum gebaut, den wir mit der Schule teilen. Wir freuen uns sehr darüber!

Traditionell gingen wir vor den Sommerferien mit unseren «älteren» Athleten auf der Schöneegg Minigolf spielen und anschliessend assen wir ein feines Glacé.

In diesem Jahr nahmen wir an keinen Wettkämpfen teil

.

Am Chlausabig führten wir verschiedene Spiele durch. Zum Abschluss gab es für alle einen «Grittibänz».

Für's nächste Jahr wünscht das Leiterteam allen Athleten viel Erfolg und weiterhin grossen Spass an der LA.

Debora Gerardi