

Landeskader U15 und Bezirksjugendkader 2019 - Junge Talente aus ganz Oberfranken trainieren in Naila

Nachdem sich im letzten Jahr der E-Kader von der guten Ausstattung der Halle überzeugt hatte, trafen sich am 16 Februar 2019 gleich zwei Förderkader des Bezirks zum gemeinsamen Training in der Frankenhalle.

Unter Leitung der beiden Trainer Frank Hörl (Selb) und Daniel Schmid (Lichtenfels) für den Landeskader und Joachim Buck (Forchheim) und Stephan Lamprecht (Naila) für den neu eingeführten Jugendbezirkskader durften sich die jungen Sportler und Sportlerinnen einen ganzen Tag lang richtig auspowern.

Nach dem gemeinsamen Aufwärmprogramm aus Laufen, verschiedenen Dehnübungen und Gymnastik wurden in drei Gruppen die Schwerpunkte Weitsprung – Dreisprung, Hürdentechnik und Sprinttechnik „abgearbeitet“.

Die jungen Athleten waren allesamt sehr ernsthaft bei der Sache und versuchten die Vorgaben der Trainer sofort umzusetzen.

Nach knapp sechs Stunden war das Training dann beendet und die Sportler/innen machten sich mit vielen nützlichen Tipps und Anregungen im Gepäck auf den Weg nach Hause.



Im Bild die jungen Talente aus den Vereinen:

TSV Ebersfeld, TS Lichtenfels, LG Fichtelgebirge, LAV Naila, TSV Ebermannstadt, TSV Bad Rodach, LG Bamberg, LG Forchheim, LG Hof, TV 1862 Helmbrechts, TV 1848 Coburg, TSV Mönchröden, TV 1863 Schwürbitz, TV Weißenstadt
sowie die Trainer links Frank Hörl und Daniel Schmid, rechts Joachim Buck und Stephan Lamprecht