

## Die Abteilung Skisprung / Nordische Kombination stellt sich vor



Der DSV Grundschulwettbewerb wird gemeinsam vom Deutschen Skiverband und der Skisprungabteilung des TSV Buchenberg in Zusammenarbeit mit der Buchenberger Grund- und Mittelschule organisiert. Ausgebildete Trainer des Bayerischen Skiverbands und unserer Abteilung begleiten Ihre Kinder. Wir freuen uns sehr, wenn Ihr Kind dabei ist.

Wer ist die Abteilung Skisprung / Nordische Kombination in Buchenberg und was ist das Besondere an ihr und am Skispringen allgemein?

Zurzeit nehmen 24 Mädchen und Jungen im Alter ab 6 Jahren regelmäßig am Training teil. Im Vordergrund stehen die Freude an der Bewegung und Spaß am gemeinsamen Sport in der Gruppe. Fünf ehrenamtliche Trainer sorgen für vielseitige Trainingsstunden. Neben dem Skispringen auf den beiden Schanzen gibt es abwechslungsreiche Trainingseinheiten in der Turnhalle, auf Inlinern bzw. im Winter auf Langlaufskiern sowie beim Cross-Training in freier Natur. Alle Altersstufen trainieren gemeinsam, das stärkt das Zusammengehörigkeitsgefühl. Gleichzeitig wird das Training am Alter und Leistungsstand der einzelnen Kinder ausgerichtet.

Trainingsinhalte sind u.a. Kraft- und Koordinationsübungen, turnerische Übungen sowie Teamspiele wie Hockey und verschiedene Ballsportarten. Auf spielerische Art und Weise werden Gleichgewicht, Koordination, Konzentration und Kraft gefördert. Generell werden beim Skispringen die körperliche und kognitive Entwicklung sowie das Selbstbewusstsein der Kinder gestärkt.



Das Skispringen selbst wird bei uns in kleinen Schritten gelernt, so dass die Kinder immer sicherer werden und sich immer mehr zutrauen. Das Einzigartige an der Buchenberger Schanze ist der kleine Schanzentisch, der lediglich 30 cm hoch ist und die individuell wählbare Anlaufänge. Ideal also für Anfänger.

Zu Beginn des Sprungtrainings wird der Auslaufhang runtergefahren. Schnell haben die Mädchen und Jungs dabei so viel Spaß, dass sie ihre ersten Sprungversuche wagen. So ist ein langsames und behutsames Herantasten an die ersten Sprünge unter Anleitung unserer erfahrenen Trainer möglich. Je öfter die Kinder springen, desto mutiger und sicherer werden sie.

Zusätzlich zum regelmäßigen Training stehen viele spannende Aktionen auf unserem Programm: Erlebnisreiche Trainingstage, Zeltübernachtungen an der Schanze und gesellige Feste für die ganze Familie. Wer möchte, kann an den verschiedenen Wettkämpfen teilnehmen, die teilweise bayernweit stattfinden. Ebenfalls werden vom Bayerischen und vom Deutschen Skiverband regelmäßig Trainingscamps für die Kinder veranstaltet, bei denen immer tolle Aktivitäten auf dem Programm stehen und von denen die Kinder begeistert nach Hause kommen.

**Wir laden jedes Kind herzlich zum Schnuppern zu unseren Vereinstrainings ein - sowohl an der Schanze als auch zu den anderen Trainingseinheiten.** Speziell nach dem DSV Grundschulwettbewerb bieten wir zusätzlich gezielte Newcomer-Trainings für die Kinder an folgenden Terminen an:

**Samstag, 21.01.17, 10 Uhr und Montag, 23.01.17, 14.30 Uhr**

Ausweichtermine: Samstag, 28.01., 10 Uhr und Montag, 30.01., 14.30 Uhr, Treffpunkt an den Schwärzenliften (hier wird noch einmal am Ski Fun-Parcours und der Mini-Sprungschanze geübt).

**Ab Dienstag, 24.01.17 findet für unsere Newcomer jeden Dienstag ab <sup>17</sup>16 Uhr Training an der K15-Schanze in Buchenberg statt.** Wenn Ihr Kind dabei bleibt, ist lediglich die Mitgliedschaft beim TSV Buchenberg Voraussetzung.

Für die neuen Springerkinder wird es im Rahmen der regional durchgeführten Mini-Schanzen-Tournee (eine Wettkampfreihe innerhalb des Allgäuer Skiverbands) eine eigene Newcomerklasse geben. So messen sich die Kinder mit anderen Einsteigern und nicht gleich mit den schon erfahreneren Kindern.

Lassen Sie sich vom Skispringen begeistern und schauen Sie bei unserem **Event- und Informationsnachmittag am Mittwoch, 11.01.2017 um 15 Uhr** direkt an der K15-Schanze vorbei. Erfahren Sie mehr über die Faszination Skispringen und unsere Abteilung. Vielleicht möchte Ihr Kind direkt am Schnuppertraining teilnehmen. Mitzubringen sind Alpinski, Skischuhe, Skihelm, Skibrille, Handschuhe und lange Kleidung. Wir freuen uns auf Euer Kommen, eine Anmeldung ist nicht notwendig.

Ihr



Weitere Informationen, Trainingstermine und aktuelle Neuigkeiten sind nachzulesen unter [www.tsv-buchenberg.de/skisprung](http://www.tsv-buchenberg.de/skisprung)