

Bad Nauheim, November 2022

News & Infos



Liebe Sportbegeisterte des LSC,

nach einem erfolgreichen Sommer mit „normalem“ Trainingsbetrieb, zahlreichen Wettkampfteilnehmern und vielen neuen Mitgliedern gerade in den jüngsten Altersklassen gehen wir nun nach den Herbstferien in die Wintersaison. Nach zwei Jahren, in denen vor allem Improvisationstalent und Flexibilität gefragt waren, möchten wir nun weiter daran arbeiten, dass vor einigen Jahren entwickelte Trainingskonzept umzusetzen. Den ersten Schritt haben wir mit einer Neuordnung der Trainingsgruppen gemacht, nun kann sich die Struktur über den Winter einspielen. Den neuen Trainingsplan, der ab November gilt, findet ihr seit einigen Tagen auf unserer Homepage. Über einige weitere Neuerungen möchten wir euch heute informieren.

Sechs neue Trainerinnen verstärken LSC-Team!



Nachdem Finja Weishaar (Ende Bundesfreiwilligendienst) und Leif Hahlbohm (berufliche Veränderung) den LSC leider im Sommer verlassen haben, hat das Trainerteam in den letzten Wochen erfreulichen Zuwachs bekommen! Nach ihrem Umzug vom Westerwald nach Bad Nauheim ist Steffi Beul bereits seit dem Frühjahr im Kindertraining aktiv. Zum Ende des Sommers gab es weitere Verstärkung aus der Zusammenarbeit mit dem Hessischen Skiverband: Emmi Bickelhaupt (duale Studentin) und Jasmin Jarrasch (Werkstudentin) betreuen ab sofort die Teams der U8 und U10 mit. Ebenfalls in der U8 im Einsatz ist Carolin Wagner, die aus Rosbach den Weg zum LSC fand. Das Training der Älteren unterstützen ab sofort die Wurf-Spezialistinnen Steffi Haselhorst und Marion Michel. Somit ist der LSC nicht nur personell für die nächste Saison bestens gerüstet, sondern konnte sein Angebot auch um den Bereich Ausdauer- und Wintersport erweitern. Allen Neuzugängen ein herzliches Willkommen!

Kreis-Cross-Meisterschaften am 12.11. in Altenstadt

Zum Abschluss der Outdoor-Saison startet der LSC traditionell beim St. Martins-Crosslauf in Altenstadt, der am 12.11. stattfindet. Für die jüngsten Starter der U8 gilt es, eine Strecke von 400 m zu bewältigen, die U10 läuft 600 m, die U12 1.200 m und die U14/U16 1.500 m. Für die Altersklassen U18 und älter kann zwischen der kurzen Strecke von 3 km oder der Langstrecke mit 6 km gewählt werden. Wir freuen uns über zahlreiche Teilnehmer! Falls noch nicht geschehen, könnt ihr euch bei stefanie.wintershoff@lscbadnauheim.de für den Lauf anmelden.



NEU: Erweitertes Trainingsangebot ab Herbst 2022



Bei ausreichender Nachfrage bieten wir ab November folgende zusätzliche Termine an:

- 1. Montags 16.30-18.00 Uhr: Athletiktraining U12/U14 (Frauenwaldhalle)**
Ergänzend für Leichtathleten oder (angehende) Wintersportler bieten wir ein zielgerichtetes, altersgemäßes Kraft- und Zirkeltraining sowie Stabilitäts- und Beweglichkeitsübungen an. Anmeldung bei: stefaniebeul@yahoo.de anmelden.
- 2. Freitags 17.00-18.00 Uhr: zusätzlicher Termin Wettkampfgruppe U10 (ELS-Halle)**
Für wettkampfinteressierte Kinder der Altersklasse U10 wird es künftig freitags einen zweiten Trainingstermin geben. Anmeldung bei: jonas.wintershoff@lscbadnaheim.de
- 3. Freitags 18.00-19.00 Uhr: Spiele für U12/U14 (ELS-Halle)**
Freitag ist Spieletag! Unser Spieletaining konnte in der Coronazeit leider nicht stattfinden, jetzt geht es wieder los! Mit Kids und Jugendliche von 10-14 Jahren spielen wir alles, was Spaß macht – mit oder ohne Ball. Anmeldung bei: jonas.wintershoff@lscbadnaheim.de
- 4. Sonntags ab 10/11 Uhr: Outdoortraining & mehr (Treffpunkt nach Absprache)**
Sonntags möchten wir uns mit euch zum Laufen, Mountainbiken oder Inlinern, Eislaufen oder Klettern treffen. Mitmachen können alle bei 10 Jahren, einige Angebote sind auch für Eltern/Erwachsene geeignet. Weitere Infos: jonas.wintershoff@lscbadnaheim.de
- 5. Langlaufkurse und -training (nach Absprache bei entsprechender Schneelage)**
In den Wintermonaten bieten wir am Wochenende Langlaufkurse oder -training am Hoherodskopf an – entweder im Rahmen des Outdoor-Trainings oder separat nach Absprache. Infos für interessierte Familien, Kinder, Erwachsene: stefaniebeul@yahoo.de

Sonstige Termine:

- 04.12.2022 Sportlerehrung
- 11.12.2022 Schnupper- und Talenttag Skilanglauf

Sportliche Grüße

Ihr/euer LSC-Team