



Sportvereinigung

**Rommelshausen e.V.***...gemeinsam in die Zukunft!*

Liebe Sportlerinnen und Sportler der LA Kernen, liebe Eltern,

15.01.2016

www.leichtathletik-kernen.de

hier noch einmal alle Informationen zur Freiluftsaison in Kürze.

Die Freiluftsaison beginnt am 1.4.2016

Das Training findet nun für alle Gruppen wieder im St. Rambert Stadion in Rommelshausen statt. Laufgruppen treffen sich am Parkplatz der Spvgg Sporthalle.

Die Trainingszeiten sind in den Sommermonaten wie folgt:

St. Rambert Stadion Rommelshausen:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Freitag	Sonntag
K U8				17:00 - 18:30 Uhr	
K U10				17:00 - 18:30 Uhr	
K U12				17:30 - 19:00 Uhr	
wJ U14				17:30 - 19:00 Uhr	
mJ U14				17:00 - 19:00 Uhr	
wJ U16/ 18			19:00 - 20:30Uhr	18:30 - 20:00 Uhr	
mJ U16 / 18	19:00 - 21:00 Uhr		19:00 - 21:00 Uhr	19:00 - 21:00 Uhr	10:00 - 12:00 Uhr
wJ U20 + mJ U20 + Aktive	19:00 - 21:00 Uhr		19:00 - 21:00 Uhr	19:00 - 21:00 Uhr	10:00 - 12:00 Uhr
Senioren			18:00 - 19:15 Uhr	19:00 - 21:00 Uhr	
Lauftraining K U12 + J U14			18:00 - 19:00Uhr		
Sportabzeichen	18:30 – 20:00 Uhr Sommerferien 19:00 – 20:30 Uhr				
Lauftreff		8:30 Uhr	19:00 Uhr	19:00 Uhr	
Walking		8:30 Uhr	19:00 Uhr	19:00 Uhr	
Nordic Walking			8:30 Uhr		

Bei Fragen zum Training/ Trainer können sie sich jederzeit an die Trainer und unseren sportlichen Leiter, Herr Marc Haußmann (Kindertraining) oder Fabian Seibold (Jugend/ Erwachsenentraining) wenden. Beide sind erreichbar unter: [training@leichtathletik-kernen.de](mailto:training@leichtathletik-kernen.de)

Badminton  
BikeSports  
Fußball  
Gymnastik  
Herzsportgruppe  
Jugend  
Karate  
Leichtathletik  
Ringen  
Schach  
Schwimmen  
Senioren  
Tischtennis  
Turnen  
Volleyball

**Trainingsgepäck:** gute Laufschuhe, **Kinder keine Spikes!**

ab U14 Spikes, wenn vorhanden.

Kurze Sportkleidung

lange Trainingshose- und Jacke, je nach Witterung

Regenjacke bzw. Sonnenschutz

ausreichend zu Trinken.

**Wettkampfgepäck:** zusätzlich zum o.g. Equipment:

Kinder U8 bis U12

gelbes Leichtathletik T-Shirt,

kurze schwarze Trainingshose.

Ausreichend zu trinken, und je nach Dauer etwas Leichtes zu Essen und/oder Geld um etwas zu kaufen.

Jugend U14 bis U16 gelb/schwarze LA-Kernen Kleidung mit kurzer/ langer schwarzer Hose



Sportvereinigung

**Rommelshausen e.V.**

*...gemeinsam in die Zukunft!*

Mind. 4 Stück Sicherheitsnadeln zur Befestigung der Startnummer.

Isomatte o.ä.

Ausreichend zu trinken, und je nach Dauer etwas Leichtes zu Essen und/oder Geld um etwas zu kaufen.  
Sonnen-/ Regenschutz/ Pavillon evtl. über die Trainer organisieren.

**Terminplan:**

Wettkampftermine der einzelnen Altersgruppen werden über die Trainer bekannt gegeben.  
Ein Gesamtterminplan ist auf unserer Homepage:  
[www.leichtathletik-kernen.de](http://www.leichtathletik-kernen.de)

**Teilnahme an Wettkämpfen:**

Jeder Athlet/ in sollte außer an unserem vereinsinternen Wettkampf (01.07.2016) noch mindestens an drei weiteren offiziellen Wettkämpfen teilnehmen. Die Kinder werden von den Trainern über anstehende Wettkämpfe informiert. Bitte gebt den Trainern rechtzeitig Bescheid, ob ihr teilnehmt oder nicht, damit die **Meldefristen eingehalten** werden können. **Bitte nicht unentschuldigt fehlen, denn für jede Meldung zahlen wir Startgeld!**

**Unsere Bitte:**

Bei den Wettkämpfen sind wir auf die **Mithilfe der Eltern** angewiesen. Die Leichtathletik ist eine Sportart, die viel Personal bindet. So benötigen wir für jede Disziplin mehrere Kampfrichter und Helfer, außerdem Betreuer für die Gruppen, Helfer bei der Bewirtung und bei externen Veranstaltungen Fahrer. Wir werden rechtzeitig zu diversen Veranstaltungen auf sie zukommen und hoffen auf Ihre Unterstützung.

**Information:**



Um Sie hinreichend informieren zu können, wäre es sehr von Vorteil, wenn wir Ihre e-Mail Adresse hätten. Bitte die Adresse der Erziehungsberechtigten, nicht die der Kinder angeben. Teilen Sie diese bitte den Trainern mit.  
Vielen Dank.

Ansprechpartner für Trainingsgruppen und unterschiedliche Themen finden Sie auf unserer Homepage  
<http://www.leichtathletik-kernen.de/%C3%BCber-uns/>

Wir wünschen allen Athletinnen und Athleten eine erfolgreiche und verletzungsfreie Saison

Das Betreuerteam der LA Kernen