



Athletiktraining für Vereine

Was erwartet Dich?

- Professionell angeleitetes Athletiktraining für Dich und Dein Team, abgestimmt auf Eure Sportart
- Verletzungsprophylaxe, Trainingsoptimierung & Leistungssteigerung
- Spaß, Motivation, neue Trainingsimpulse für Dich & Dein Team



Deine Mannschaft trainiert – die Krankenkassen tragen die Kosten!

*Sämtliche unserer Programme sind von der zentralen Prüfstelle für Prävention zertifiziert und werden von allen gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst. Auf einen ggf. verbleibenden Eigenanteil verzichten wir. D.h. es fallen **keine Kosten** an!*



Thorge Kiwitt B. Sc. Sportwissenschaften

Fit mit Thorge – Dein professioneller Partner für Athletiktraining und mehr!

Neben einer entsprechend professionellen Ausbildung zum Sportwissenschaftler hat Thorge Kiwitt selbst jahrelange Erfahrungen im Leistungssport sammeln können. Auch unsere weiteren Trainer haben selbst einen großen Erfahrungsschatz aus dem Ballsport und sind daher bestens geeignet, um mit Euch an Euren Skills zu arbeiten!

Kursangebot

- 4 x 90 Min. sportartspezifisches Athletiktraining während Eurer Trainingszeiten
alternativ 2 x 3 Std. in der Vorbereitung *Durchführung auch in unseren Trainingsräumen in Gevelsberg möglich*
- Trainingsinhalte & Trainingsschwerpunkte variieren nach Alter der Teilnehmer
Während bei den Jüngsten noch spielerische Abläufe im Vordergrund stehen, geht es bei den Jugendlichen & Erwachsenen um kräftigendes Athletiktraining, Verletzungsprophylaxe, Trainingsoptimierung & Leistungssteigerung.
- Geringer bürokratischer Aufwand für Dich & Dein Team