

## Looptraining voor jeugd

Binnen a.v. Hollandia is het idee ontstaan om te starten met een trainingsgroep specifiek gericht op hardlopen voor 11 tot 15 jarigen. Tot voor kort was het credo van de Atletiekunie dat deze leeftijdsgroep zich (nog) niet mocht specialiseren. Dit is nu echter anders, de Atletiekunie stimuleert de opzet van jeugdloopgroepen binnen verenigingen en adviseert hierbij.

De bedoeling is om door leuke en gevarieerde trainingen de looptechniek, snelheid en het uithoudingsvermogen te verbeteren én daarbij plezier in de sport te hebben en te houden.

We zullen wekelijks trainen op donderdagavond van 18.30 tot 19.30, en starten op donderdag 11 maart.

In eerste instantie (tot de zomervakantie) zal dit een proef zijn en richten we ons op de huidige

Hollandia junioren, daarnaast zijn er in je omgeving wellicht jongens of meiden die graag hardlopen. Neem dan voor verdere inlichtingen of opgave contact met mij op. Jim Mooij (tel. 0226-355871) [jimmon@12move.nl](mailto:jimmon@12move.nl) (of spreek me aan op de baan).