

Hochschultag Leichtathletik am 3. Juni 2017 an der Goethe-Universität Frankfurt

Abstract

Praxis-Workshop I / II b. - Laufen mit Kindern

Leitidee: Gesundheit

Referent: Volker Jennemann

Laufen liegt voll im Trend der Zeit, sowohl als Gesundheitssport als auch durch die immer stärker frequentierten großen Laufevents wie beispielsweise dem Frankfurt-Marathon. Bei vielen Laufveranstaltungen können mittlerweile auch immer häufiger Kinder in sogenannten Bambiniläufen an den Start gehen. Damit Kinder einen freudvollen Zugang zum Laufen finden und ihnen der Spaß am Laufen erhalten bleibt, müssen verschiedene Aspekte beachtet werden. In dem Workshop werden abwechslungsreiche kindgerechte Trainingsinhalte und -formen thematisiert, aber auch Tipps dazu gegeben, was beim Laufen mit Kindern besonders zu berücksichtigen ist.