

NEWS

23.10.2023

## Zu Gast an der Sportmittelschule Lienz

Neben der sportlichen Grundausbildung liegt uns die Gesundheit der jungen SportlerInnen sehr am Herzen. Aus diesem Grund versuchen wir die Schulen in den Bereichen breite Basisausbildung und gesunde Bewegung zu unterstützen. Kürzlich waren wir dafür zu Gast an der MS Egger-Lienz. Dort "screenen" wir die Jungs und Mädels der 1s mit einem Functional Movement Screen, um mögliche Abschwächungen, Dysbalancen, Verkürzungen oder Bewegungseinschränkungen frühzeitig zu erkennen. Bei einem Gleichgewichtstest durften die SchülerInnen des Weiteren ihre Balance unter Beweis stellen. Die Ergebnisse werden im Nachhinein beim Sportunterricht besprochen und durch Basisübungen "bearbeitet". (Bilder 4-6)

Zusätzlich wurde in der gleichen Woche das Modul Leichtathletik, mit Spezialtrainerin Melanie Idl, für alle 4 Sportklassen angeboten und wir waren live dabei!

Dort lernten die SchülerInnen, die Basisübungen der Leichtathletik kennen. (Bilder 1-3)

Wir wünschen euch viel Spaß mit den neuen sportlichen Inhalten!

#improvetalents #damittalentesiegerwerden #nachwuchsleistungssporttirol