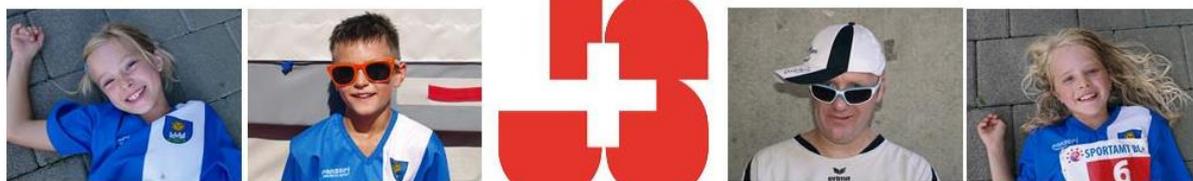




TVA-Teilnehmer, Kampfrichter und Coaches  
am Leichtathletik Gruppenwettkampf in Lupsingen



**Gratis Tipp vom Coach:** Vielseitiges, abwechslungsreiches Sporttraining wie z.B. in einem Turnverein, macht nicht ‚nur‘ Spass, sondern fördert u.a. die Synapsenbildung im Hirn. Synapsen sind die Schnittstellen des Lernens.  
Dipl. Wellnesstrainer, J+ S Coach, Dominik Roppel



## Sensationeller Start ins neue Jugendvereinsjahr 4 Teams und 4 Podestplätze am Leichtathletik Gruppenwettkampf

Jedes Jahr steht der Kantonale Leichtathletik Gruppenwettkampf als wichtiger Anlass in unserer Vereinsagenda. Da unser polysportives Training sowieso Ballweitwurf, Weitsprung und Sprint beinhaltet, liegt es auf der Hand diese Disziplinen an einem Wettkampf zu testen.



**Gratis Tipp vom Coach:** Massvolles und dem Alter angepasstes Ausdauertraining macht nicht ‚nur‘ glücklich, sondern fördert u.a. die Muskelbildung, die Widerstandskraft und die Zellerneuerung des Körpers.

Dipl. Wellnesstrainer, J+ S Coach, Dominik Roppel