

# Sportabzeichen – Vorbereitungskurs

## Terminübersicht

im April 20h15 – 21h45 an/in der TVD-Halle\*

Di, 02.04. Kraft (Kugelstoßen, Stand-Weitsprung)

Di, 09.04. Koordination (Hochsprung, Seilspringen)

Di, 16.04. Kraft (Medizinball, Zirkeltraining)

\*jeweils Lauf in den Kurpark & Sprinttraining an der Saline

*Ferien*

im Mai/Juni ab 18h30 im Stadion

Mi, 08.05. Schnelligkeit (Laufschule)

Mo, 13.05. Koordination (Schleuderball)

Do, 23.05. Ausdauer (3000 m-Lauf)

Mo, 27.05., 19h30! Koordination (Hochsprung)

Mi, 05.06. Wiederholung aller noch schwierigen



bei Regen geändertes Programm im Weitsprungraum der TVD-Halle

**Kosten für Nicht-Mitglieder des TVD: 36 €** Kurs-Gebühr  
**4 €** für Abzeichen & Urkunde

**Leitung: Erika Müller-Kupferschmidt** (Übungsleiterin, Sportabzeichen-Prüferin & Kreisbeauftragte des Sportbundes Pfalz für das Deutsche Sportabzeichen)

**Anmeldung:** bitte bis **27. März** bei Erika Müller-Kupferschmidt,  
Tel. 06322 – 98 15 46 oder per E-Mail an [scorpion114@gmx.net](mailto:scorpion114@gmx.net)

*Wir bewegen  
BAD DÜRKHEIM!*