

## *Leichtathletikfreunde 1987 Villmar e. V.*

*„Mein Ziel ist es, so hoch zu springen, dass ich die Wolken berühre. Oder zumindest nicht die Latte.“*

### **Einladung zum Hochsprung – Workshop**

Jeweils **montags am 30.06. und am 07.07.2025** von **17.00 – 19.00 Uhr**, laden die Leichtathletikfreunde Villmar (LfV) alle Interessierten zu einem Hochsprung-Lehrgang im Vereinsheim der LfV und der dazugehörigen Anlage ein. Zusammen mit dem ehemaligen Hochspringer Stephan Laux möchten wir Grundlagen auffrischen, Trainingsmethoden erläutern, unsere Technik verbessern und sie per Video analysieren.

Mitmachen können alle, die schon Vorkenntnisse im Hochsprung haben, ab 12 Jahren. Wir brauchen mindestens 3 Teilnehmende und müssen die Teilnehmerzahl auf 10 beschränken. Die Teilnahme ist kostenlos. Wir freuen uns über eine Spende. Bringt Eure Sportklamotten (wenn vorhanden Spikes mit max. 6 mm Dornenlänge) etwas zu Trinken und zu Essen mit. Bei Regen finden wir einen Ausweichtermin.

-----  
Anmeldung:

Hiermit melde ich mich verbindlich zum Hochsprung – Workshop an:

Name:

Vorname:

Mit der Anmeldung akzeptiere ich, dass während des Lehrgangs zur Trainingsanalyse, Videos und Fotos angefertigt werden. Diese Bilddokumente werden nach dem Lehrgang gelöscht, bzw. den Teilnehmenden auf Wunsch zur weiteren privaten Nutzung per E-Mail zugesandt.

.....  
Datum

.....  
Unterschrift (Erziehungsberechtigte)

Verbindliche Anmeldung bitte bis 27.06.2025, per E-Mail an: [stelauxi@gmail.com](mailto:stelauxi@gmail.com)  
Unterschriebene Anmeldung bitte zum Workshop mitbringen.

Danke! Stephan Laux