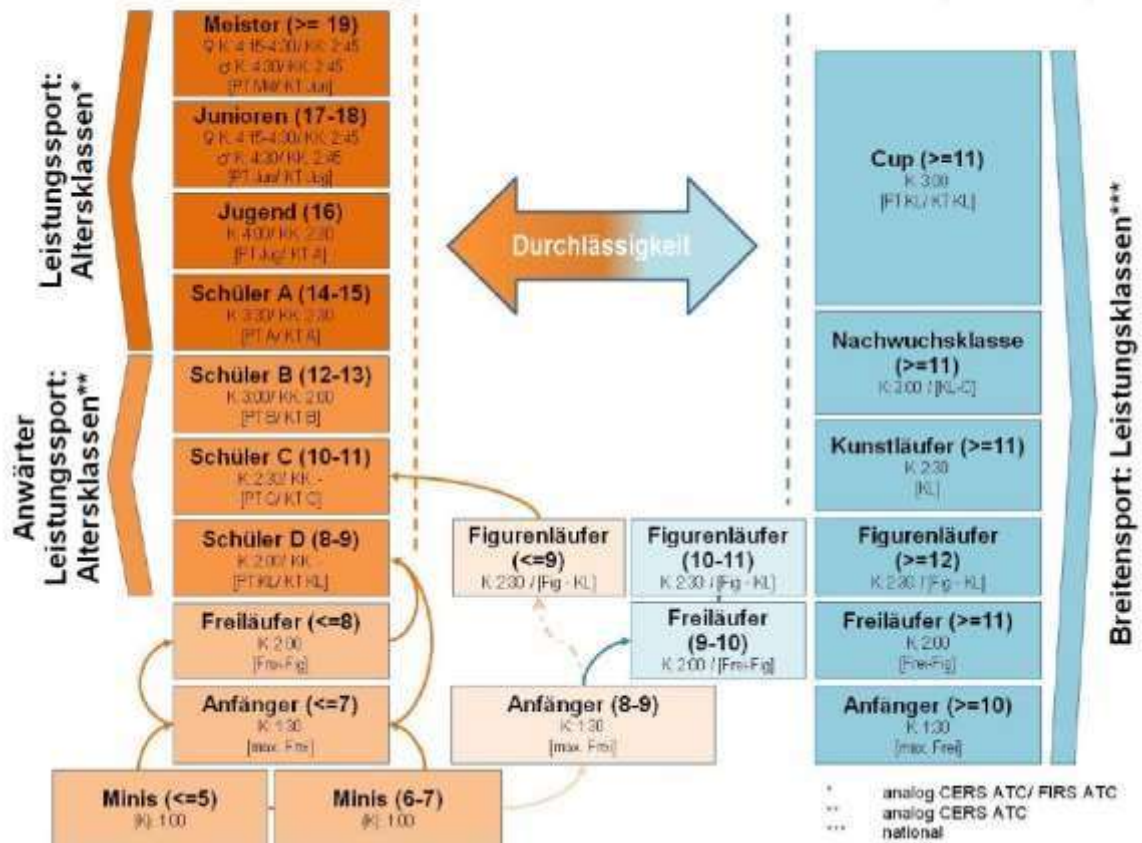




## Überblick

Leistungsbereich	Breitensportbereich
<b>Anfänger 1</b> max. 2 Jahre Verbleib oder bis Alter max. 7 Jahre Grundausbildung, Talentsichtung Start in Minis 1x Kür 1x Kondi	
<b>Talentegruppe 1</b> Start in Freiläufer 1/2, Figurenläufer 1, Schüler D mit Perspektive Leistungssport  2x Kür Beweglichkeit / Trockentraining / Kondi	<b>Anfänger 2</b> Start in Minis, Anfänger 2 und 3 mit Perspektive Breitensport  2x Kür Kondi
<b>Leistungsgruppe 3</b> Start in Schüler D, Schüler C  3x Kür Kondi / Ballett / Beweglichkeit	<b>Breitensportgruppe 2</b> Start in Freiläufer 2/3, Figurenläufer 2/3  2x Kür Kondi
<b>Leistungsgruppe 2</b> Schüler B, Schüler A  4x Kür Kondi / Ballett / Beweglichkeit	
<b>Leistungsgruppe 1</b> Start in Jugend, Junioren, Meisterklasse, Cup  4x Kür Kondi / Ballett / Beweglichkeit	<b>Breitensportgruppe 1</b> Start in Figurenläufer, Kunstläufer, Nachwuchsklasse  2x Kür Kondi
<b>Paarlauf A</b> 3x Kür	<b>Paarlauf B</b> 1x Kür

## Überblick: Startkategorien Rollkunstlauf im DRIV (Einzellaufen)



## Hinweise

- Vor jedem Kürtraining: mind. 15min gemeinsame/ individuelle Erwärmung (nicht im Trainingsplan explizit erwähnt)
- Nach jedem Kürtraining: 10min gemeinsames / individuelles Dehnen ((nicht im Trainingsplan explizit erwähnt)
- Für das Konditionstraining: Sportsachen für Drinnen und Draußen, Sprungseil, Kleines Handtuch, Turnboard / Spinner
- Verantwortliche für Rollschuhmaterial: Sylvia Dorenborg (s.j.dorenborg@gmail.com)