

## INLINERLAUFEN LERNEN BEI DEN FIREBALLS!

Die Inlineskaterabteilung der Spvgg. Sterkrade-Nord, die Fireballs bieten Lauflernkurse für Kinder zwischen 4 - 9 Jahre an. Das Trainerteam vermittelt Fahrtechnik, Bremstechniken, Geschicklichkeit und Fallübungen. Nach einer Schnupperstunde können sich Eltern und Kinder entscheiden ob sie am Kurs, der 10 Vollstunden beinhaltet, teilnehmen wollen.

**Start:** nach den Sommerferien

**Ausrüstung:** ein paar Inliner, ein (Fahrrad)- Helm sowie Knie- und Handgelenkschoner

**Ort:** Kleine Kiefernhalle, Auf der Haardt 3, Oberhausen- Königshardt

**Zeit:** jeden Mittwoch, um 16-17 Uhr

**Kosten:** 30 € Kursgebühr

### Weshalb ist Sport so wichtig?\*

Kinder haben von klein auf ein starkes Bewegungsbedürfnis. Klettern, Rennen und Springen sind alles Bewegungsabläufe, die sie für ihre motorische, aber auch geistige und seelische Entwicklung brauchen.

Doch gerade für Kinder in der Stadt bieten die vorgefertigten Spielplätze nicht immer das, was Kinder suchen. Zudem schränken enge Wohnverhältnisse den Bewegungsdrang von Kindern ein. Viele Ärzte beobachten eine Zunahme von Bewegungs- und Koordinationsproblemen bei Kindern.

### Doch Sport ist auch in anderer Hinsicht nützlich:

- Sportliche Bewegung wirkt ausgleichend, beugt Mangelerscheinungen vor und baut Schulstress ab
- Sport vermittelt Erfolgserlebnisse und stärkt damit das Selbstbewusstsein Ihres Kindes.

\* Quelle: [www.kinder.de](http://www.kinder.de)