

HEINRICH-HEINE-GYMNASIUM



*Eliteschule des Sports - Eliteschule des Fußballs*  
*Schule für Hochbegabtenförderung/Internationale Schule*

# *Leichtathletik*



[www.hhg-kl.de](http://www.hhg-kl.de)

[info-sport@hhg-kl.de](mailto:info-sport@hhg-kl.de)

0631 20104-14 / -15 (Sportzweig) | 0631 201040 (Zentrale)



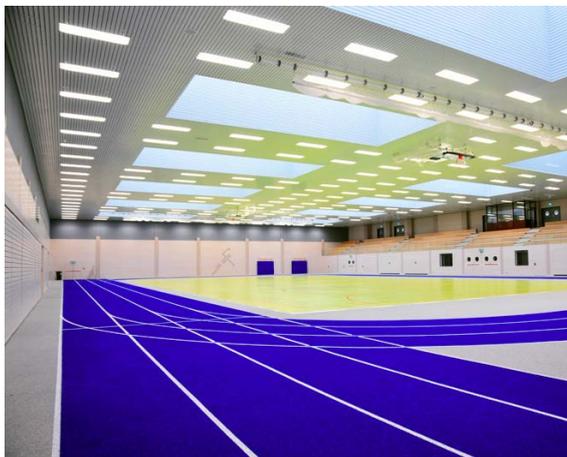
## LEICHTATHLETIK

- die olympische Kernsportart
- ein Angebot für alle, die Leichtathletik als Wettkampfsport oder als optimale Ergänzungssportart betreiben wollen



## LEICHTATHLETIK AM HHG

- Training unter optimaler Vernetzung von Schule, Verein (1. FC Kaiserslautern) und Landesleistungsstützpunkt sowie verschiedener Netzwerkpartner
- im Netzwerk: Haltungs- und Bewegungsanalyse, Leistungsdiagnostik, Mentalcoaching, NLP im Sport, Sportkinesiologie, Neuroathletik, Functional patterns, etc.
- Training mit international erfahrenen TrainerInnen, Einsatz von modernen und bewährten Trainingsmethoden, optimale Ausstattung mit Trainingsmaterialien
- altersangemessener, ganzheitlicher und zielgerichteter Trainingsaufbau über mehrere Jahre
- Ausbildungsphilosophie: bis zur U16 mehrkampforientiertes Training, danach Spezialisierung auf einen Disziplinblock
- individuelles Belastungs- und Erholungsmanagement
- optimale Voraussetzungen sowohl für Indoor- (Barbarosahalle Kaiserslautern, Krafträume des HHG) als auch Outdoortraining (Stadion)



## ANGEBOT

- Probeweche an Schule und Internat (wenn gewünscht), Termin nach Absprache
- Probetraining in Schule, Verein und Stützpunkt
- intensive Beratung

## ANSPRECHPARTNER

**Jochen Allebrand** Lehrertrainer Leichtathletik

E-Mail: [sprintcoach@web.de](mailto:sprintcoach@web.de)

**Jan Christmann** Leiter des Sportzweiges

E-Mail: [j.christmann@hhg-kl.de](mailto:j.christmann@hhg-kl.de)



**Wir fördern Talente!**

## DAS HHG

- ✓ Heimat erfolgreicher Olympiasieger, Welt- / Europameister, Fußballprofis
- ✓ die erfolgreichste Talentschmiede in Rheinland-Pfalz
- ✓ Eliteschule des Sports
- ✓ Eliteschule des Fußballs
- ✓ 250 Sportschüler an einer Schule

## PROGRAMM

- ✓ professionelle Unterstützung auf dem Weg zum Hochleistungssport
- ✓ Sportklassen
- ✓ Stütz- / Förder- / Nachführunterricht
- ✓ Abstimmung Klassenarbeiten – Wettkämpfe
- ✓ Verbindung von Schule, Training und Wohnen
- ✓ Wohnen in modernen Internaten

## SPORTARTEN

- Badminton
- Fußball
- Handball
- Judo
- Leichtathletik
- Radsport
- Sportklettern
- Tennis

## SPORTSTÄTTEN

- 2 schuleigene Sporthallen
- Dojo (Judo)
- Großlaufband
- Technikparcours (MTB)
- Werkstätten, Radaufbewahrungsräume
- 2 Tennisplätze
- 4 Krafträume

## REGENERATION / ATHLETIK

- Sauna, Eisbad
- Physiotherapie
- Athletiktraining
- Haltungsanalyselabor

## INTERNATE

- 4 Internate für 180 Schüler
- Zweibettzimmer mit Nasszelle
- Singleappartements (betreutes Wohnen) für ausgewählte Schüler
- Freizeiträume
- Freizeitprogramm
- erfahrene Internatspädagogen

## KOOPERATIONEN

- Olympiastützpunkt
- Universität Kaiserslautern
- 1. FC Kaiserslautern
- TuS Dansenberg
- DAV Sektion Kaiserslautern

## AUFNAHMEVORAUSSETZUNGEN

Klasse	SCHULE	SPORT
5s	erfolgreicher Abschluss Grundschule	hohe sportliche Leistungsfähigkeit   sportmotorischer Test   hohes Leistungsniveau in einer Fördersportart
7s-13s	Empfehlung Realschule Plus / Gesamtschule   Versetzung in entsprechende Gymnasialklasse	Qualifikation als Leistungssportler (in der Regel mindestens D-Kader-Niveau)