



Jonas Costian,

Hauptorganisator vom Bezirkstraining

„Mir ist es wichtig den Nachwuchssportler die Ziele von einem erfolgreichen Wintertraining zu vermitteln. Die Vielzahl von Sportlern machen im Heimtraining keine Stabi- und Dehnübungen und die allgemeine Athletik kommt auch viel zu kurz. Ich versuche mit meinem Trainerteam eine multisportive Ausbildung zu vermitteln und nachhaltig zu implementieren“