

Vierkampf Athletik- & Schwimmtraining

Wann: **24.01.2026 // 11 Uhr**

Wo: **Reithalle Herbertingen
anschließend
Schwimmbad Riedlingen**

Kosten: **10 € + Eintritt Hallenbad**

Schwimmen mit **Niklas Wiedergrün**, er ist selbst im Leistungsschwimmen und als Trainer aktiv. Er thematisiert alles Rund um die richtige Schwimmtechnik und gibt Euch Tipps für Euer Training daheim.

Lauf- und Athletiktraining mit **Carina Buck**, sie arbeitet als Sporttherapeutin mit vielen (Leistungs-) Sportlern zusammen und gibt euch wertvolle Tipps für Eure Trainingssteuerung daheim. Ihr erhaltet auch Einblicke in das Thema Ganzkörperstabilisation für Läufer und Reiter.

