

ÜL - FORTBILDUNG 8 UE

FUNKTIONELLES KRAFT- UND SCHNELLIGKEITSTRAINING - CORE TRAINING TEIL 1

Veranstaltungsnummer	20703FB0921
Start- / Enddatum	13.11.2021 - 13.11.2021
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	Lindenschule Memmingen Masernstr. 2, 87700 Memmingen
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 20703FB0921 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Funktionelles Training, Kraft und Schnelldkraft.
Inhalte	Training von funktioneller Kraft und Schnelldkraft sowie Training des Cores Training in sehr hoher Intensität und After-Burn-Effekt Trainingsplanung und -steuerung
Zielgruppe	Übungsleiter und Interessierte
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Veranstaltungszeit: 09:00 - 16:00 Uhr Gymnastikmatte und großes Handtuch bitte mitbringen.
Veranstaltungsleitung	Josy Schiebel Roswitha Sinner
Referenten	Oliver Berges
Lizenzverlängerungen	Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter B Sport für Ältere Übungsleiter B Sport in der Prävention
Samstag	13.11. - 13.11. : Lindenschule Memmingen
Informationen zur Verpflegung	Für Verpflegung muss selbst gesorgt werden.
Meldeschluss	11.11.2021
Anzahl der Plätze	30
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. BSJ Sportkreis Unterallgäu - Memmingen
Ansprechpartner	Horst Koristka, horst.koristka@blsv-schwaben.de