

ONLINESEMINAR ÜL-FORTBILDUNG 2 UE

ERNÄHRUNG FÜR KRAFTSPORTARTEN

Veranstaltungsnummer	302WEB11621
Start- / Enddatum	14.04.2021 - 14.04.2021
Dauer	2 UE
Veranstaltungsort	Online ,10000 Internet
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 302WEB11621 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Im Kraftsport steht die Entwicklung der Maximalkraft im Vordergrund und im Falle der Wurf- und Stoßtechniken auch die Schnellkraft. Und danach die möglichst effektive und schnelle Regeneration.
Inhalte	Der Vortrag wiederholt kurz einige Grundlagen bezüglich der Ernährungsoptimierung vor, während und nach dem Training/Wettkampf und geht dann spezifisch auf die Ernährungsbedürfnisse von Kraftsportlern ein. Voraussetzung: Im Optimalfall Vortrag Ernährung im Sport am 12.04.2021
Zielgruppe	Übungsleiter/Trainer in Sportvereinen, (Sport-)Studierende, Interessierte
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Am Tag vor dem Onlineseminar bekommen alle gebuchten Teilnehmer einen Zugangslink zur Anmeldung per E-Mail zugeschickt. Nach Betätigung des Zugangslinks müssen Sie Vor-, Nachnamen und E-Mailadresse eingeben. Um auf die Onlineseminarplattform zu gelangen, müssen Sie 1. den neuen Zugangslink aus der Bestätigungs-E-Mail betätigen 2. der anschließenden Aufforderung, die Benutzeransicht der Onlineseminarplattform (Webinar Launcher) für die Dauer des Onlineseminars zu speichern, nachkommen 3. in ihren Downloads die Datei ausführen Das System erklärt die Schritte im Einzelnen. Falls die Startuhrzeit des Onlineseminars noch nicht erreicht ist, bekommen Sie eine Ansicht mit Informationen zum Onlineseminar und die Aufforderung mit der Bitte zu warten.
Organisatorische Hinweise	Sie können bequem von zuhause an dem Onlineseminar teilnehmen. Sie benötigen einen internetfähigen Computer mit Audioausgang.
Dokumente	Ernaehrung_im_Kraftsport.pdf
Veranstaltungsleitung	
Referenten	Bernhard Bergbauer

Lizenzverlängerungen

Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche
Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere
Übungsleiter B Sport in der Prävention
Übungsleiter B Sport im Elementarbereich
Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit)
Übungsleiter B Sport für Ältere

**Ernährung für
Kraftsportarten**

14.04. - 14.04. : Online

Meldeschluss

13.04.2021

Anzahl der Plätze

450

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Ressort Bildung

Ansprechpartner

Birgit Spangenberg, birgit.spangenberg@blsv.de