

ONLINESEMINAR ÜL-FORTBILDUNG 2 UE

EMOM DAS HIIT TRAINING FÜR ÜBERALL

Veranstaltungsnummer	302WEB22021
Start- / Enddatum	23.06.2021 - 23.06.2021
Dauer	2 UE
Veranstaltungsort	Online ,10000 Internet
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 302WEB22021 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	Die Teilnehmer lernen die Trendmethode EMOM („Every Minute on the Minute“) aus dem Crossfit kennen, mit der man den ganzen Körper trainiert. Außerdem wird das Prinzip des HIIT („High Intensity Intervall Training“) kennengelernt und in einen Zusammenhang gebracht.
Inhalte	Vorstellen der EMOM Methode. Praxisbeispiele und Trainings zum Orientieren werden vorgestellt. HIIT Training wird erklärt und in Bezug genommen.
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 <ol style="list-style-type: none">1. den neuen Zugangslink aus der Bestätigungs-E-Mail betätigen2. der anschließenden Aufforderung, die Benutzeransicht der Onlineseminarplattform (Webinar Launcher) für die Dauer des Onlineseminars zu speichern, nachkommen3. 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	Onlineseminar_EMOM_BLSV.pdf
Veranstaltungsleitung	
Referenten	Daniel Isaak

Lizenzverlängerungen

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

Online

23.06. - 23.06. :

Meldeschluss

21.06.2021

Anzahl der Plätze

450

Veranstalter

Bay. Landes-Sportverband e.V. Ressort Bildung

Ansprechpartner

Ressort Bildung, bildung@blsv.de