

ÜL-FORTBILDUNG 8 UE

ATHLETIK- UND KRAFTTRAINING - NICHT NUR FÜR SPIELSPORTLER (TEIL III)

Veranstaltungsnummer	101FB4822
Start- / Enddatum	17.07.2022 - 17.07.2022
Dauer	8 UE
Veranstaltungsort	SV Germering Mehrzweckhalle Wittelbacherschule Fliederstr.,82110 Germering
Anmeldung	Unter folgendem Link können Sie sich online anmelden. Geben Sie dazu die Veranstaltungsnummer 101FB4822 in das Suchfeld ein: https://www.blsv-qualinet.de
Beschreibung	ATHLETIK- UND KRAFTTRAINING - NICHT NUR FÜR SPIELSPORTLER (TEIL III)
Inhalte	<p>Der Schwerpunkt dieser Fortbildung liegt im Bereich "Outdoortraining im Athletikbereich" mit dem Fokus auf der Entwicklung der Gesamtathletik eines Sportlers / einer Sportlerin.</p> <p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none">- Techniknotenpunkte der Übungen und Fehlerkorrektur- Trainingsplanung und -umsetzung für Maximalkraft / Schnellkraft / Kraftausdauer- koordinatives Athletiktraining mit und ohne Ball- passende Übungen aus der Neuroathletik- Verletzungsprophylaxe und Regeneration- Auswahl und Anwendung von Teil-Übungen aus dem Olympischen Gewichtheben- passende Warm-Up-Strategien
Teilnahmevoraussetzungen	Mitgliedschaft in einem BLSV-Verein
Sonstige Informationen	Diese Fortbildung dient nicht als Verlängerung von Volleyball Trainerlizenzen. Sie erhalten eine Teilnahmebestätigung über 8 UE. Um Ihre Lizenz verlängern zu können, benötigen Sie weitere 8 UE.
Organisatorische Hinweise	Veranstaltungszeiten: So: 09:00-16:00 Uhr Bitte mitbringen: <ul style="list-style-type: none">- Sonnenschutz (Sonnenbrille, Kopfbedeckung, Creme - für den Fall das wir raus gehen)-Handtuch und Wechselkleidung, es darf geschwitzt werden :o)- Hallenschuhe

Dokumente	PsG_Selbstverpflichtung_12.11.2021.UEA.pdf
Veranstaltungsleitung	Dalibor Durbek
Lizenzverlängerungen	Übungsleiter C Allround-Fitness (früher: Trainer C Turnen-Fitness-Gesundheit) Übungsleiter C Breitensport Kinder/Jugendliche Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere
Athletik- und Krafttraining	17.07. - 17.07. :
Informationen zur Verpflegung	Bitte ausreichend Essen und Getränke mitbringen.
Meldeschluss	10.05.2022
Anzahl der Plätze	16
Veranstalter	Bay. Landes-Sportverband e.V. Sportbezirk Oberbayern
Ansprechpartner	Jenny Winterberg, jenny.winterberg@blsv.de