

# Krafttraining am Beispiel Kraftdreikampf

## Inhalt:

In dieser Kombination von Trainingslager und Fortbildung steht die Trainings- und Bewegungslehre bei der Sportart Kraftdreikampf im Mittelpunkt. Wie trainiere ich richtig? Diese Frage beantworten die erfahrenen Referenten sehr praxisorientiert. Thematisiert werden die funktionelle Anatomie und Physiologie, methodische Reihen und Formen des Krafttrainings. Die Fortbildung richtet sich an Pädagogen aus den Behinderteneinrichtungen und an alle interessierten Trainer/Übungsleiter. Herzlich eingeladen sind insbesondere Trainer aus anderen Sportarten, die sich mit dem Krafttraining auseinandersetzen möchten. Die Veranstaltung wird in Kooperation mit dem Bundesverband Deutscher Kraftdreikämpfer und dem Kraftwerk Schwarzach durchgeführt.

**Zielgruppe:** Trainer, Pädagogen, Menschen mit geistiger Behinderung

**Ort:** Tonwerkstraße 1, 74869 Schwarzach

**Datum:** 20.10.2018 und 21.10.2018

**Zeit:** wird noch bekannt gegeben

**Referenten:** Sebastian Beck, BVDK

**Kosten:** keine

**Anmeldung:** Anmeldung per Fax, Post oder Mail an:  
Special Olympics Deutschland,  
Daniela Schulz, Invalidenstr. 124, 10115 Berlin  
Tel: 030 - 24 62 52 – 29 Fax: 030 - 24 62 52 – 19  
**email:** [daniela.schulz@specialolympics.de](mailto:daniela.schulz@specialolympics.de)

**Anmeldeschluss: 04.10.2018**

**Sonstiges:** Die Fortbildung wird zur Lizenzverlängerung anerkannt (15LE).

**Versicherung und Haftung:** Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung!

Premium Partner

