



Grundlagen Sport

Einführung in die Trainingslehre in Theorie und Praxis

Inhalt/ Kurzbeschreibung:

Diese Fortbildung führt in das große Feld der Trainingslehre ein. Neben der grundlegenden Trainingsplanung wird der Schwerpunkt in Theorie und Praxis auf der Erarbeitung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten wie Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination und Gleichgewicht gelegt. Ziel ist es, am Ende einzelne Trainingseinheiten sinnvoll und vielfältig planen und durchzuführen zu können.

Datum / Uhrzeit: Fr., 12.05.2017: 15:00 – 20:00 Uhr
 Sa., 13.05.2017: 09:00 – 17:00 Uhr

Ort: Langenfeld, Nordrhein-Westfalen
 Schule an der Virneburg, Virneburgstr. 17-19, 40764 Langenfeld

Zielgruppe: Mitarbeiter, Trainer und Übungsleiter aus den Organisationen der Behindertenhilfe und alle Interessierten

Referenten: Andreas Konert
 Diplompädagoge und Übungsleiter B (Sport in der Rehabilitation)

**Teilnehmer-
gebühr:** 40,00 EURO
 Die Teilnahmegebühr ist auf folgendes Bankkonto zu überweisen:
Bankverbindung
 Special Olympics Deutschland
 IBAN: DE08 1204 0000 0464 4662 00
 BIC: CO BAD EFF XXX (Commerzbank Berlin)
 Verwendungszweck 1: 1610 Grundlagen Sport 2017
 Verwendungszweck 2: Name

Anmeldung: bis Dienstag, 02. Mai 2017
 per Fax, Post oder Mail an
 Special Olympics, Deutschland, Invalidenstr. 124, 10115 Berlin
daniel.lange@specialolympics.de
 Tel.: 030/ 24 62 52 - 29 Fax: 030/ 24 62 52 - 19

Sonstiges: **Mitzubringen sind:** Sportkleidung, Turnschuhe und Schreibmaterial
Verpflegung und Unterkunft: auf eigene Kosten
Versicherung / Haftung:
 Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung!

Premium Partner


WURTH

ABB

s.Oliver