

# Fortbildung

## Übungsleiter-Assistenz

### Schwerpunkt: Konditions-Training

#### Inhalt:

Eine Übungsleiter-Assistentin oder ein Übungsleiter-Assistent hilft dem Trainer.

Wir sprechen noch mal darüber, welche Aufgaben eine Übungsleiter-Assistentin oder ein Übungsleiter-Assistent hat.

Wir vertiefen unser Wissen und tauschen Ideen aus.

Übungsleiter-Assistentinnen und Übungsleiter-Assistenten und Trainerinnen und Trainer lernen gemeinsam.

Wir reden über unsere Erfahrungen im Training:  
Was war gut? Was war nicht so gut?

In der Fortbildung lernen Sie Fitness-Übungen und Ausdauer-Übungen kennen. Diese Übungen können Sie dann in Ihrer Sport-Gruppe einsetzen.

Wir sprechen darüber:

- wie man sich selbst als Übungsleiter-Assistent verbessern kann,
- wie man Sportler verbessern kann,
- und wie man gerecht und fair im Sport ist.

## Für wen:

- Athletinnen und Athleten,  
die beim 1. Teil Übungsleiter-Assistent-Fortbildung dabei waren.
- Athletinnen und Athleten,  
die sich als Übungsleiter-Assistent mal ausprobieren wollen
- Übungsleiterinnen und Übungsleiter
- Interessierte

**Wo:** Fabriksporthalle, Frankfurt am Main

**Wann:** Samstag, 31. Oktober 2020 von 10:00 Uhr bis 17:00 Uhr

**Kosten:** 15 Euro

**Referenten:** Florian Sachs, Franziska Hollenbach

## Anmeldung:

Martina Presl

Sportjugend Hessen

Telefon: 069 6 78 92 46

E-Mail: [MPresl@sportjugend-hessen.de](mailto:MPresl@sportjugend-hessen.de)

[Online-Anmeldung](#)