



Trainer Fortbildung Kinderleichtathletik

Ausrichter

Leichtathletik Kreis Schwalm-Eder in
Kooperation mit dem TSV Jahn Gensungen



Termin: Samstag, 19.03.2016 (alternativ: 12.03.2016), 10:00 – 13:00 Uhr (Bitte Sportsachen mitbringen, aktive Teilnahme erwünscht!)

Ort: 34587 Felsberg – Gensungen, Kreissporthalle Gensungen

Zielgruppe: Trainer/Übungsleiter, die mit Schülern/-innen arbeiten. Diese Fortbildung ist ein idealer Einstieg für Helfer/innen, die Grundlagen in dem neuen Kinderleichtathletik-Konzept benötigen und/oder ein wenig Abwechslung im Trainingsalltag durch neue Übungen suchen.

Themen/Inhalte:

- Kinderleichtathletik im Wettkampf und im Training
- Wettkampfsystem Kinderleichtathletik als Mehrkampf- und Team-Leichtathletik
- ❖ Das Lauf-Konzept:
 - Vom „Schnell-Laufen“ zum Sprint
 - Vom „Über-Laufen“ zum Hürdensprint
 - Vom „Staffel-Laufen“ zur Rundenstaffel
 - Vom „Ausdauernd-Laufen“ zum Dauerlaufen
- ❖ Das Sprung-Konzept
 - Vom „Weit-Springen“ zum Weitsprung
 - Vom Hoch-Springen zum Hochsprung
 - Vom Mehrfach-Springen zum Dreisprung
 - Vom Stab-Springen zum Stabhochsprung
- ❖ Das Wurf-Konzept
 - Vom Schlagwurf zum Speerwurf
 - Vom beidarmigen Stoßen zum Kugelstoß
 - Vom Drehen zum Diskuswurf
- Wettkampfausrichtung und Veranstaltungsserien

Referentin: Daniela Augustin, Dipl. Handelslehrerin in den Fächer Wirtschaft und Sport sowie C-Trainerin Leistungssport in der Leichtathletik

Kosten/Leistungen: 20,00 Euro/Person. Die Bezahlung erfolgt in bar an dem Fortbildungstermin.

Stornoregelung: Bei Absagen, die später als 1 Woche vor Beginn der Fortbildung erfolgen, werden 50% der Lehrgangsgebühren erhoben.

Anmeldung: Direkt an Mail: dany.augustin@web.de mit Angabe, ob der 19.März möglich ist! Rückfragen unter: 05662/930780 oder 0160/96043049!