

Hessischer Leichtathletik-Verband

Otto-Fleck-Schneise 4
60528 Frankfurt am Main

Tel.: 069 - 67 89 212
e-mail: info@hlv.de

Fax: 069 - 67 97 08
www.hlv.de



Fortbildung: Leistungsreserven im Leichtathletiktraining

Ausrichter:

Leichtathletik Kreis Gelnhausen-Schlüchtern und Hessischer Leichtathletik-Verband

Termin:

Samstag, 07.12.2019 9:30 – 17:00 Uhr

Ort:

63571 Gelnhausen, Am Hallenbad - Neue Sporthalle Gelnhausen (hinterm Hallenbad)

Zielgruppe:

Trainer/Übungsleiter die mit Kindern und Jugendlichen im Grundlagentraining, sowie dem beginnenden Aufbautraining (10-15 Jahren) in der Leichtathletik arbeiten

Anerkennung:

Dieser Fortbildungslehrgang ist vom HLV genehmigt und wird mit 8 Lerneinheiten zur Verlängerung der C-Lizenz anerkannt.

Referent:

Dominic Ullrich

Themen/Inhalte:

Leistungsreserven im Leichtathletiktraining

Theorie:

Teamfähigkeit in der Leichtathletik als psychosoziale Leistungsreserve
Videoanalyse und optimales Feedback im Techniklernen

Praxis:

Spiel- und Übungsformen zur Entwicklung der Teamfähigkeit in der Leichtathletik (Kinderleichtathletik und Grundlagentraining)

Athletikmatrix: Allgemeines Kraft- und Stabilisationstraining (Grundlagen- und Aufbautraining)

Methodische Übungsreihe: „Vom hoch hinaus Werfen zum Schlagwurf“ mit Videoanalyse und Feedback (Grundlagen- und Aufbautraining)

WICHTIG: Jeder Teilnehmer benötigt ein Smartphone und muss eine bestimmte Software im Vorfeld downloaden, da wir dann diese gemeinsam nutzen werden. Die App heißt *Hudl Technique* von der Firma *Ubersense* und ist sowohl für iOS als auch für Android kostenlos verfügbar. Diese Software sollte schon im Vorfeld auf den jeweiligen Smartphones installiert sein.

Kosten/Leistungen:

50,00 Euro pro Teilnehmer (70,00 Euro für Nicht-HLV-Mitglieder). Die Bezahlung erfolgt per Überweisung nach Erhalt der Rechnung; im Preis inbegriffen sind die Lehrgangsgebühren und ein Mittagessen am Samstag.

Anmeldung:

Für diese Veranstaltung können sie sich online anmelden ([weitere Informationen dazu](#)).

Meldeschluss: 01.12.2019

Stornoregelung:

Bei Absagen, die später als 2 Wochen vor Beginn der Schulung erfolgen, werden 50% der Lehrgangsgebühren erhoben.

Info/Auskünfte erteilt:

HLV-Kreis Gelnhausen-Schlüchtern: Luise Meister, meister-schluechtern@t-online.de

Hessischer Leichtathletik-Verband: Thorsten Kertz, 069 6789-212, thorsten.kertz@hlv.de

Sonstiges:

Aktive Teilnahme ist erwünscht; bitte Sportsachen mitbringen. Bei gutem Wetter auch für draußen