

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: Schwerpunkt Hürden

Ausrichter:

Leichtathletik Kreis Gelnhausen-Schlüchtern und Hessischer Leichtathletik-Verband

Termin:

Samstag, 05.12.2020 9:30 – 17:00 Uhr

Ort:

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

Zielgruppe:

Trainer/Übungsleiter die mit Kindern und Jugendlichen im Grundagentraining, sowie dem beginnenden Aufbautraining (10-15 Jahren) in der Leichtathletik arbeiten. Zur Fortbildung kann (keine Pflichtvoraussetzung) die Teilnehmer*innen einen Athleten für den Praxisteil mitbringen (**maximal 15 Athleten**). Wenn dies der Fall ist, schicken Sie nach Ihrer Anmeldung bitte eine Mail mit dem Namen des Teilnehmers und des Athleten und dem Betreff der Fortbildung an thorsten.kertz@hlv.de damit wir besser planen können. Vielen Dank.

Anerkennung:

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

Referent:

Dominic Ullrich

Themen/Inhalte:

„Vom Überlaufen zum Hürdensprint“ (Von der Kinderleichtathletik bis zum Aufbautraining)

Theorie

- Fachliche Grundlagen
- Bewegungs- und Videoanalyse Hürdensprint

Praxis

mit Teilnehmern

- Vom Überlaufen zum Hürdensprint (KiLa)

mit Athleten

- Aufwärmen, Kraft- und Koordinationstraining an/mit Hürden (GLT/ABT)
- Hürdendrills (GLT/ABT)
- Technischschulung Hürden – Videoanalyse (GLT/ABT)

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: 01.12.2020

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.