



Fortbildung für B- und C-Trainer Rasenkraftsport/Leichtathletik

Datum: 14./15./16.10.2022

Ort: Sportschule Oberhaching

Sportschule Oberhaching, Im Loh 2, 82041 Oberhaching,

Teilnahme möglich:

am Samstag 15.10.2022

(es werden 8 Stunden für die Lizenzverlängerung angerechnet – Lehrgangsgebühr 30 Euro)

am Freitag/Samstag 14.-15.10.2022

(es werden 10 Stunden für die Lizenzverlängerung angerechnet) – Lehrgangsgebühr: 40 Euro

am Freitag-Sonntag 14.-16.10.2022

(es werden 12 Stunden für die Lizenzverlängerung angerechnet) – Lehrgangsgebühr: 50 Euro

Für Unterkunft muss selber gesorgt werden.

Anmeldung per E-mail bis 03.10.2022 an:

Andrea Piechotta

geschaeftsstelle@brtv.de

Lehrgangsprogramm:

Datum	Uhrzeit	Thema	Referent
14.10.2022	20:00 – 21:30 Uhr	Stressresistenz	Nikola Plößner
15.10.2022	09:00 – 10:30 Uhr	Workshop	
	14:30 – 16:00 Uhr	Workshop	
	16:15 – 17:45 Uhr	Workshop	
	Workshop 1	Einführung in das Krafttraining	Theresa Kaschner
	Workshop 2	Regeneration	Florian Partenfelder
	Workshop 3	Kognitives Koordinationstraining	Julia Brettschneider
	18:00 – 18:20 Uhr	Feedback-Runde	Nikola Plößner
16:10.2022	08:00 – 11:00 Uhr	Gleichgewichtstraining	Nikola Plößner