

Trainerfortbildung

Lehrgang: 2018-02 Fobi TrC (Lizenzverlängerung: 15 LE - Trainer C)

Termin: Do, 21.02. & Fr, 22.02.2019

Ort: Landessportschule Albstadt-Tailfingen

Kosten: 65.- € für Trainer mit BWTV-Lizenz
95.- € für Nichtlizenzierte und Verbandsfremde
inkl. Übernachtung & Verpflegung

Programm*:

Do, 21.02.2019		
16:00 Uhr	Begrüßung/Organisation	
16:15-17:45 Uhr	Pilates Core und Faszientraining	Sabine Schneider
18:00 Uhr	<i>Abendessen</i>	
19:15-21:00 Uhr	Yoga & Triathlon Einfach besseres Dehnen oder was bringt es?	Anja Tholen-Diehm
Fr, 22.02.2019		
8:00 Uhr	<i>Frühstück</i>	
8:45-10:15 Uhr	Der Umgang mit Sehnenverletzungen	Robin Olschewski
10:30-12:00 Uhr	Aufwärmprogramm im Laufen	Robin Olschewski
12:15 Uhr	<i>Mittagessen</i>	
13:15-14:30 Uhr	Rollwende in Theorie und Praxis	Martin Lobstedt
15:00-17:30 Uhr	Fehler im Schwimmen erkennen und korrigieren	Martin Lobstedt
18:00 Uhr	Abschlussbesprechung	
18:15 Uhr	<i>Abendessen und Abreise</i>	

*Änderungen im zeitlichen Ablauf sind möglich

Referenten

Sabine Schneider

Pilatestrainerin | B-Lizenz Prävention | Referentin DTB und STB

Anja Tholen-Diehm

Yogalehrerin (Yoga-Alliance zertifiziert 500h)

Robin Olschewski

Physiotherapeut | Sportphysiotherapeut | Betreuung Kader- und Profiatleten

Martin Lobstedt

Landestrainer BWTV | Trainer A Schwimmen | Trainer B Triathlon

Weitere Infos zur Fortbildung:

Dorit Hartmann (Sportreferentin) | 0711 / 28077 351 | dorit.hartmann@bwtv.de