

„Highlight“



Trainerfortbildung des SHLV

(Teil 2 und Fortsetzung vom 19.11.2016)

- Wann?** Am Sonntag, dem 23. April 2017 von 9.30 bis ca. 15.30 Uhr
- Wo?** Im Sport - und Bildungszentrum in Bad Malente
(Mittagessen um 12.00 Uhr ist eingeplant!)
- Was?** **Was ist spezielles Krafttraining? Neue Aspekte!**
**Wie sollte effektives und abwechslungsreiches Beweglichkeits-
training im Leistungs- und Hochleistungstraining aussehen?**
(ca. 75% Praxis und 25% Theorie)
- Wer?** **Carlos Gambetta** (Diplomtrainer und Physiotherapeut, Athletiktrainer
Bundeskader 7-Kampf)
- Für wen?** **1. Leichtathletiktrainer** des SHLV, die neue Einblicke in das Kraft –
und Beweglichkeitstraining bekommen wollen und darin für ihre Athle-
ten im Aufbau – und Leistungs- und Hochleistungstraining (ab U16)
zukünftig weitere Leistungsreserven sehen!
2. Ambitionierte Athleten, die sich in der Leichtathletik auf leistungs-
orientiertem Niveau bewegen, die Qualifikation für die Deutschen
Meisterschaften anstreben oder schon erreicht haben oder auch dar-
über hinaus internationale Starts als Zielvorstellung haben.
- Wieviel?** 40,- Euro für 8 Unterrichtseinheiten und Mittagessen (wird als Lizenz-
verlängerung für Trainerlizenzen anerkannt)

Anmeldungen an:

SHLV

Winterbeker Weg 49, 24114/Kiel

eMail: Erika.zabel@shlv.lsv-sh.de

Tel.: 0431/6486122 und Fax: 0431/6486192

und!!!

Hinrich Brockmann

eMail: Hinrich.Brockmann@gmx.de

Tel.: 04521/795876 oder Handy: 0152/33604875