



shlv\_online 14h

...



**UND HIER NOCH ETWAS FÜR DIE  
MEHRKAMPF BEGEISTERTEN UNTER  
EUCH** 🥳🥳



### Mehrkampf als Basis der Spezialisierung

Vielseitigkeit im Nachwuchstraining ist das A und O für eine erfolgreiche Spezialisierung im Aufbautraining. Berühmte Beispiele zeigen, dass sich das vielseitige Training lohnt. Viele Disziplinen trainieren ist aber nicht gleichbedeutend mit vielseitigem Training – worauf es stattdessen ankommt, soll dargestellt werden.

Wir besprechen, inwiefern ein mehrkampforientiertes Training Spitzenleistungen auch in den Spezialdisziplinen vorbereitet, Belastungen vorbeugt und die Verletzungsgefahr dadurch senkt.

Referent: Dirk Schulz  
Landestrainer Siebenkampf im SHLV

4 UE zur Verlängerung der B- und C-Lizenz

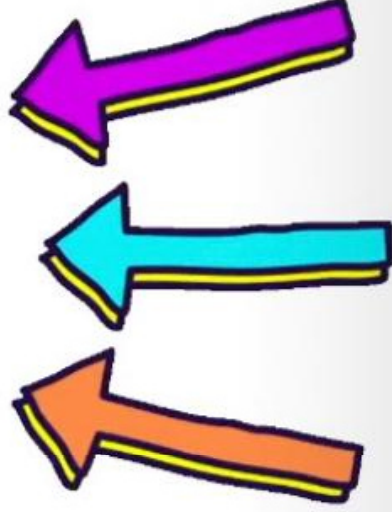
**Datum:**

27.03.21 – 14:00-17:00 Uhr

Gebühr: 10 EUR

Anmeldung bis 01.03.21

an [info@shlv.lsv-sh.de](mailto:info@shlv.lsv-sh.de)  
(Name, Verein, Email)



Nachricht senden

