

Ausschreibung & Einladung
zum
3. TSV TrainerInnen Workshop Langlauf
„Training der koordinativen Fähigkeiten“

am

Samstag, 29.04.2023

an der

Mittelschule Langkampfen

Der Tiroler Skiverband plant in Zusammenarbeit mit der BSPA Innsbruck ab sofort regelmäßige Fortbildungen im Bereich Langlauf zu veranstalten. Diese „Workshops“ können von all jenen besucht werden, die bereits eine Ausbildung des TSV (Übungsleiter) oder der BSPA (Instruktor oder höher) absolviert haben und ihr Wissen darüber hinaus weiter vertiefen wollen. Pro Termin wird je ein Schwerpunkt gesetzt, der sowohl in Praxis als auch Theorie behandelt wird.

Schwerpunkt des dritten Termins ist das Training der koordinativen Fähigkeiten: Zwei Praxiseinheiten dienen der Vermittlung von speziellen Aufwärmhalten, sowie zahlreichen verschiedenen Übungsformen zur sukzessiven Verfeinerung der Koordination mit ausgewählten Materialien. Eine Einheit dazwischen im Seminarraum liefert die notwendigen theoretischen Hintergrundinformationen zur Planung und Durchführung zielführender Koordinationstrainings.

08:15	Begrüßung am Parkplatz der MS Langkampfen
08:30	Koordinationstraining I
10:45	Theorieinput Koordinationstraining
13:00	Koordinationstraining II
15:00	Ende des Workshops

Mitzubringen: Hallenschuhe (sauber, abriebfest) | Sportgewand indoor | Schreibutensilien | Jause

Anmeldung mit Name, Emailadresse und Verein per Email bis Sonntag, 16.04.2023 an office@tirolerskiverband.at

MindestteilnehmerInnenanzahl: 12

Maximale TeilnehmerInnenanzahl: 30

Der TSV erlaubt sich für die Fortbildung inkl. Getränken und Snacks einen Unkostenbeitrag von € 15.00,- pro Person zu erheben. Bitte diesen vor Fortbildungsbeginn auf untenstehendes Konto überweisen:

Tiroler Skiverband, Innsbruck
IBAN: AT54 3600 0000 0365 9000
BIC: RZTIAT22
Zahlungsreferenz: „Workshop LL“

Wir Ausbilder freuen uns auf zahlreiches Erscheinen und motiviertes Mitmachen!

Raphael Bechtiger und Andreas Schnitzer