

Steckbrief zu

Aus- und Weiterbildungsveranstaltung

Titel der Ausbildung

Beweglichkeitstraining im Radsport

Sparte: Allgemein

Verantwortliches KT: Aus- & Weiterbildung

Beschreibung: Die Fortbildung stellt Möglichkeiten für ein Beweglichkeitstraining im Radsport vor. Nach einer beispielhaften Praxiseinheit und der Vermittlung von theoretischen Grundlagen (funktionelle Anatomie, Formen des Beweglichkeitstrainings, konkrete Übungen) erarbeiten die Teilnehmer Trainingssequenzen für verschiedene Anwendungsbereiche und üben das zielgerichtete Korrigieren. Die Fortbildung richtet sich nicht nur an Trainer zur Lizenzverlängerung, sondern auch an Sportler, die eigenständig ein Beweglichkeitstraining durchführen wollen.

Datum: 18.11.2018 Datum bis

Ausbildungsort: Köln

Referent/en: Anne Gassner

Kosten: Kosten für RSV NRW Mitglieder / BDR Mitglieder/
Interessenten ohne Mitgliedschaft 30€/45€

Infos/Anmeldung: bis 15.10.2018 mit Angabe von Name, Verein, Adresse, Telefon und E-Mail an: Christopher Holte, Tel.: +49(203) 608672 – 43, bildung@radsportverband-nrw.de. Angenommene Teilnehmer erhalten nach Meldeschluss eine schriftliche Einladung.

Steckbrief zu

Aus- und Weiterbildungsveranstaltung



Hinweis: Sportkleidung, Gymnastikmatte mitbringen

Zielgruppe: Für wen ist die Ausbildung gedacht?

Lizenzverlängerung für: Trainer C-lizenz

Lehreinheiten: Aus wie vielen Lehreinheiten besteht die Ausbildung?
(45min=1 Lehreinheit) 8

Bitte den ausgefüllten Steckbrief per Mail an bildung@radsportverband-nrw.de senden.