

Einladung zur Trainer- u. Übungsleiterfortbildung

Weitsprung - Key Points Theoretische Grundlagen und Drills für den Nachwuchs ab U16

Termin: Samstag, 24.11.18 **Beginn** 10:00 Uhr **Ende** ca: 16:00 Uhr

Ort: BSFZ Südstadt, Liese Prokop Platz 1, 2344 Maria Enzersdorf
Indoor LA Anlage, Treffpunkt Seminarraum Haupthaus

Referent: **Mag. Wolfgang Adler**

Programm:

10:00 – 11:30 Theorie: „Key points“ des Weitsprungs, Technik-Leitbild,
Grundsätze langfristiger Entwicklung

11:30 – 13:00 Praxis Teil I: Entwicklung der zentralen Sprungsequenz

13:00 – 14:00 Mittagspause

14:00 – 16:00 Praxis Teil II: Drills für den Anlauf – Sprungvorbereitung – Take Off - Landung

Anmeldung bis **Mo 19.11.** online unter:

[http://extern.noelv.info/Anmeldungen-Umfragen/NOELV Weitsprung
Fortbildung.php](http://extern.noelv.info/Anmeldungen-Umfragen/NOELV>WeitsprungFortbildung.php)

Bei Rückfragen auch Tel: 0680/ 116 11 11 (Alexander Schmidt)

Verspätete Anmeldungen können nur ausnahmsweise angenommen werden, sofern die Anzahl der Meldungen noch „verkräftet“ werden kann!

Bei Verhinderung bitte unbedingt per Mail abmelden!!!

Die Teilnahme an der Praxis von ausgewählten Nachwuchs-Athlet/innen U16-U20 Klasse mit Weitsprungkenntnissen ist erwünscht. (Die Athletenzusage erfolgt nach der Anmeldung.)
Bitte Spikes zum Springen mitbringen.

Auf eine interessante Fortbildung mit euch freut sich



Alexander Schmidt
NÖLV Lehrreferent