

Hessischer Leichtathletik-Verband

Otto-Fleck-Schneise 4
60528 Frankfurt am Main

Tel.: 069 - 6789 -242/-244
E-Mail: lehre@hlv.de



HESSISCHER LEICHTATHLETIK-VERBAND

www.hlv.de

Fortbildung zum Thema: Verletzungsprophylaxe und Umgang mit Schmerzen

Ausrichter: Hessischer Leichtathletik-Verband

Termin: Freitag, 16. Juni 2023, 14:00 bis 20:30 Uhr

Ort: HLV Leistungszentrum, Hahnstraße 75, 60528 Frankfurt am Main

Zielgruppe: C-Trainer*innen, Trainer*innen/Übungsleiter*innen ohne Lizenz, Interessierte

Inhalte: In diesem Lehrgang möchte Kurt Stenzel das Thema Sportverletzungen mit Euch offen angehen. Sowohl die Vorbeugung als auch der Umgang mit Sportverletzungen werden Themen des Lehrgangs sein.

Inhalte der Fortbildung:

- Einordnung und Bewertung von Schmerzen
- Umgang mit Schmerzen
- Regenerationsstrategien
- Lauf-ACB, Funktionsgymnastik

Referent: Kurt Stenzel, ist ehemaliger deutscher Spitzensportler im Langstreckenlauf und arbeitet in seiner Privatpraxis in Frankfurt Nied als Physiotherapeut. Außerdem ist er auch Trainer, führt Laufstilanalysen, Trainingsberatung, Personal Coaching und Laufseminare durch. Beim HLV ist er Referent für die Weiterbildung „Lauftreff-Leiter“ und Fortbildungen, die einen engen Bezug zum Thema Laufen haben.

Kosten/Leistungen: Die Lehrgangsgebühr beträgt 50,00 Euro für HLV-Mitglieder und 70,00 Euro für Nicht-Mitglieder, die nach dem Lehrgang vom angegebenen Konto abgebucht wird. Alternativ erfolgt die Bezahlung per Überweisung nach Rechnungserhalt. Im Preis inbegriffen sind die Lehrgangsgebühren, Schulungsunterlagen sowie ein Mittagessen. Bei Absagen, die später als 2 Wochen vor Beginn der Schulung erfolgt, werden 50% der Lehrgangsgebühren erhoben.

Informationen: Getränke und Verpflegung müssen mitgebracht werden. Es werden kleine Pausen gemacht. Ein gemeinsames Abendessen ist nicht geplant. Denkt an Sportbekleidung und -schuhe für draußen sowie an Wechselkleidung.

Anerkennung: Die Fortbildung ist vom HLV genehmigt und wird mit 8 Lerneinheiten (LE) zur Verlängerung der C-Trainer-Lizenzen des HLV anerkannt.

Anmeldung: Für diese Veranstaltung können Sie sich online bis zum 09. Juni 2023 auf der Homepage des Hessischen Leichtathletik-Verbandes anmelden:
<https://www.hlv.de/bildung/lehrgangsanmeldung>

Infos: Hessischer Leichtathletik-Verband, Clara Costadura, clara.costadura@hlv.de, Tel. 069- 6789 244

Stand: 06.04.23, Änderungen möglich!