

## Hessischer Leichtathletik-Verband

Otto-Fleck-Schneise 4  
60528 Frankfurt am Main

Tel.: 069 - 6789 -242/-244

E-Mail: lehre@hlv.de



### **Fortbildung des Hessischen Leichtathletik-Verbandes** **Kraft-ABC: Eine praktische Einführung**

**Ausrichter:** Hessischer Leichtathletik-Verband

**Termin:** Samstag, 20.01.2024, 10:00-14:00

**Ort:** Wurfhaus, HLV Leistungssportzentrum Hahnstraße 75, 60528 Frankfurt am Main

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

**Inhalte:** Methodische Hinführung zu den grundlegenden Druck- und Zugübungen des Krafttraining unter Berücksichtigung präventiver Bewegungskonzepte.

**Anmerkung:** Teilnehmer:innen max. 10 mit je 1xSportler:in optional bzw. max. 15 Teilnehmer:innen ohne. Teilen Sie bitte nach Erhalt der Anmeldebestätigung per E-Mail mit, ob Sie eine/n Athlet:in mitbringen.

**Referent:** Cheftrainer Wurf – Bastian Otto

**Kosten/Leistungen:** Die Lehrgangsgebühr beträgt 45,00 Euro für HLV-Mitglieder und 60,00 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 sowie die Schulungsunterlagen. Es wird eine kurze Mittagpause mit Selbstverpflegung geben. Eine kostenfreie Lehrgangs-Abmeldung ist nur bis zum Anmeldeschluss möglich, anschließend werden 50% der Lehrgangsgebühren erhoben.

**Anerkennung:** Die Fortbildung ist vom HLV genehmigt und wird mit 6 Lerneinheiten (LE) zur Verlängerung der B-Trainer-, C-Trainer Leistungssport-, C-Trainer Kinderleichtathletik-Lizenzen des HLV anerkannt.

**Anmeldung:** Für diese Veranstaltung können Sie sich online bis zum 11. Januar 2024 auf der Homepage des Hessischen Leichtathletik-Verbandes anmelden:  
<https://www.hlv.de/bildung/lehrgangsanmeldung>

**Infos:** Hessischer Leichtathletik-Verband, Clara Costadura, [clara.costadura@hlv.de](mailto:clara.costadura@hlv.de), Tel. 069- 6789 244