

Hessischer Leichtathletik-Verband

Otto-Fleck-Schneise 4
60528 Frankfurt am Main

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

Stand: 01.02.24,
Änderungen möglich!



Fortbildung des Hessischen Leichtathletik-Verbandes

Vielseitiges und herausforderndes Grundlagentraining in der Leichtathletik

Ausrichter: Hessischer Leichtathletik-Verband in Kooperation mit dem HLV-Kreis Gelnhausen-Schlüchtern

Termin: **Samstag, 22.06.2024, 9:30 – 17:00 Uhr**

Ort: **63571 Gelnhausen, Am Hallenbad - Neue Sporthalle Gelnhausen (hinter dem Hallenbad)**

Zielgruppe: Trainer/-innen, die mit Jugendlichen (12-15 Jahre) im Grundlagentraining sowie beginnendem Aufbautraining in der Leichtathletik arbeiten, Trainerassistenten/ Trainerassistentinnen und Interessierte.

Jede/r Fortbildungsteilnehmer/in **kann eine/n** Athleten/in (12-15 Jahre) für den Praxisteil mitbringen (keine Pflichtvoraussetzung). In diesem Fall schicken Sie uns bitte nach Ihrer Online-Anmeldung eine E-Mail an lehre@hlv.de mit dem Fortbildungsdatum sowie dem Namen des/der Teilnehmer/in und des/der zugehörigen Athleten/in, damit wir besser planen können.

Inhalte: Theorie:

- „4B-Erfolgsformel“: Jugendliche BEWEGEN und BEGEISTERN und damit in der Leichtathletik BILDEN und BINDEN

Praxis:

- Einführung Speerwurf: Von Steckwürfen zum 3er, 5er und freien Anlauf
- Hürdensprint: Rhythmusschulung und Techniktraining
- Attraktives und spielerisches Ausdauertraining
- Komplexes Koordinations- und Krafttraining

Referent: Dominic Ullrich, Lehrer-Trainer Leichtathletik an der Carl-von-Weinberg Schule Frankfurt

Mitzubringen: Bitte Sportbekleidung und -schuhe für draußen und drinnen sowie ggf. Wechselkleidung mitbringen. Eine aktive Teilnahme ist erwünscht!

Kosten/Leistungen: Die Lehrgangsgebühr beträgt 60,00 Euro für HLV-Mitglieder und 80,00 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 Mittagsimbiss.

Stornoregelung: Eine kostenfreie Lehrgangsabmeldung ist nur bis zum Anmeldeschluss möglich, anschließend werden 50% der Lehrgangsgebühren erhoben.

Durch das Mitbringen **eines/r** Athleten/in entstehen nur dann Mehrkosten, falls ein zusätzlicher Mittagsimbiss gewünscht ist (5,00 €, die in bar vor Ort zu entrichten sind). Falls der/die Athlet/in mitessen möchte, teilen Sie uns dies bitte im Vorfeld der Veranstaltung per E-Mail (lehre@hlv.de) mit.

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

Anmeldung: Für diese Veranstaltung können Sie sich online bis zum **13. Juni 2024** auf der Homepage des Hessischen Leichtathletik-Verbandes anmelden: <https://www.hlv.de/bildung/lehrgangsanmeldung>

Infos: Hessischer Leichtathletik-Verband, Christina König, christina.koenig@hlv.de, Tel. 069- 6789 242 oder Clara Costadura, clara.costadura@hlv.de, Tel. 069- 6789 244