

Lauftreff TuS Holtriem

Wir, der Lauftreff, TuS Holtriem, bieten die Ausbildung zum Laufbetreuer an.

Termin ist **Samstag der 10.03.2012**

Ort: **Westerholt Sportzentrum**

Ausschreibung : siehe unten

Anmeldung: **Niedersächsischer Leichtathletik Verband e.V.**

Auskunft: Alfred Doden 04975 / 237975

Ausbildung zum Laufbetreuer

Zielgruppe:

- Regelmäßig laufende Ausdauersportler, die ein Grundlagenwissen in diesem Bereich erwerben oder erweitern möchten und Gruppen aktiv betreuen bzw. begleiten möchten.

Fortbildungsziele:

- Erwerb von Grundlagenwissen in den Bereichen Einsteigertraining & Trainingslehre
- Motivation & Gewinnung von Teilnehmern unter Beachtung pädagogischer Prinzipien

Fortbildungsinhalte (8 UE):

- anatomische und physiologische Grundlagen
- Grundlagen der Trainingslehre
- Pulsverhalten/ - messung
- Einsteigerbetreuung
- Gruppeneinteilung
- Dehnen und Kräftigen

Referenten:

- Reinhard Langemeyer, Anja Lehmann, Christine Temme

Kosten:

- 25,00 € incl. Verpflegung & Lehrgangsunterlagen

Sontiges:

- Die Teilnehmer erhalten nach Abschluss des Lehrgangs ein Zertifikat des NLV

Lizenzverlängerung:

- Anerkennung (8UE) für C-Trainer Breitensport (Fach ÜL-C Brsp.)