

SLB Trainerfortbildung

Samstag, 18.12.2021

Thema: Sprung

Ort:

Leichtathletik-Halle/-Stadion

Hermann-Neuberger Sportschule Saarbrücken

Modul 1:

Weitsprung Praxis im Grundlagentraining

Uhrzeit: 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Modul 2:

Hochsprung Praxis im Grundlagentraining

Uhrzeit: 13:00 Uhr bis 15:00 Uhr

Lerneinheiten: 5

Zielgruppe: C-Trainer*innen U12-U16

Lehrgangsinhalte:

- **Leistungsbestimmende Komponenten**
- **Sprung ABC**
- **allgemeine vorbereitende Übungen**
- **Einführung in den Weitsprung - Übungsformen**
- **Einführung in den Hochsprung - Übungsformen**

(Die praktischen Übungen sollen mit der Grundlagentrainingsgruppe des Jahrgangs 2007 exemplarisch durchgeführt werden.)

Referentin: Barbara Bruce-Micah

Kosten: 25,00 €

Die Lehrgangsgebühr ist zu überweisen auf das Konto des SLB bei der Bank 1 Saar:

IBAN: DE33 5919 0000 0073 3140 03

BIC: SABADE5S

mit dem Verwendungszweck: *LG Sprung 18.12.21*

Anmeldung: bis zum 10.12.2021

per E-Mail an: info@slb-saarland.com

Hinweise:

Es besteht die Möglichkeit zum Mittagessen in der Mensa der Herrmann-Neuberger-Sportschule.

Zusatzkosten: 10,00 € pro Person

Bitte auf dem Anmeldeformular vermerken.

Das Hygienekonzept wird rechtzeitig vor der Veranstaltung veröffentlicht.