

**SLB –Ausbildung Laufcoach
Level 3**

Samstag und Sonntag 14.03- 15.03.2026 – Sportcampus Saar

Samstag und Sonntag 21.03- 22.03.2026 – Sportcampus Saar

Lehrgangsleitung:	Jürgen Ackermann
Referentinnen	Julia Brengel, Oliver Berrar
<u>Programm</u>	
Uhrzeit	9:00 Uhr – 16:00 Uhr
Inhalte	<ul style="list-style-type: none"> • Ernährung • Mentale Gesundheit • Richtig trainieren (Teil 4) <ul style="list-style-type: none"> ○ Krafttraining ○ Kraftarten ○ Trainingsmethoden der Kraftkomponenten ○ Organisationsformen im Krafttraining • Lauf Events • Leistungsoptimierung Ü35 • Nachhaltigkeit
Kosten:	<p>Die Teilnahmegebühr von 220,00€ bis 10.03.2026 überweisen an:</p> <p>Bankverbindung: Bank 1 Saar IBAN: DE33 5919 0000 0073 3140 03 Kennwort: Ausbildung Laufcoach Level 3 + Name</p>
Min. Teilnehmerzahl:	15 Personen
Max. Teilnehmerzahl:	30 Personen (Es entscheidet die Reihenfolge der Anmeldung.)
Mitzubringen sind:	Schreibunterlagen, Sportkleidung, eigene Getränke während des Lehrganges
Meldeschluss:	10.03.2026
Voraussetzung	Vorkurs Basic, Level 1 und Level 2
Anerkennung	Wird anerkannt für den C- Trainerschein Breitensport
Anreise/Treffpunkt:	<p>9:00 Uhr in der Leichtathletikhalle am SPORTCAMPUS SAAR in Saarbrücken Parkmöglichkeiten: Im Bereich der Sportschule fallen Parkgebühren an (Tageshöchstpreis 3,00 €).</p> <p>Bitte NICHT den Parkplatz am Wildpark benutzen!</p>

Anmeldung
SLB- Ausbildung Laufcoach
Level 3

Saarländischer Leichtathletik Bund
Hermann-Neuberger-Straße 7
66123 Saarbrücken
E-Mail: info@slb-saarland.com

Verbindliche Anmeldung (bitte per E-Mail)

Name, Vorname	
Straße, Hausnummer	
PLZ, Ort	
Telefon	
E-Mail	
Verein	

Datenschutzerklärung:

Ich erkläre mich ausdrücklich damit einverstanden, dass meine vorgenannten persönlichen Daten vom Saarländischen Leichtathletik Bund e.V. gespeichert und in Bezug auf meine Teilnahme an diesem Lehrgang verarbeitet werden.

Ort, Datum

Unterschrift