

Einstieg in deine Trainer:innen Karriere

Eckdaten

Termin: Samstag, 4. März 2023
Uhrzeit: 14:30 – 17:30 Uhr
Ort: VS Kennelbach, Klosterfeldstrasse 8, 6921 Kennelbach
Referenten: Jandorek Andreas
Jandorek Renate

Kursinhalt

- kurze Grundlagen des Turn10 Programms
- Beweglichkeit und Kraft (spielerisch im Aufwärmteil aufbauen)
- Methodik, Sichern und Helfen
 - Boden: Rolle, Handstand, Rad
 - Balken: sicheres Gehen, Arabesque, Standwaage, Pferdchenhüpfer
 - Barren: Schwingen, Grätschsitz, Winkelstütz
 - Reck: Hüftaufschwung, Stütz, Hüftabschwung, Unterschwing
 - Sprung: Anlauf, Absprung, Hocke
 - Minitrampolin: Anlauf, Absprung, Streck sprung, ev. Salto

Zielgruppe

Jede/r, die/der beginnt mit Kindern zu trainieren, steht vor einer neuen Herausforderung, egal ob als Elternteil oder Turnerin/Turner, die/der selbst schon viel mehr kann.

Denn, auch wenn man selbst noch aktiv ist oder lange aktiv geturnt hat, ist die Aufgabe als Trainer:in eine andere.

Jede/r Teilnehmer/in darf gerne 1 Kind mitbringen (maximal).

Der Kursinhalt basiert auf „Learning by doing“, daher bitte alle in Trainingskleidung erscheinen, denn ihr trainiert, unter fachkundiger Anleitung, mit den Kindern selbst.

Anmeldung

mittels beigefügtem Exclformular **bis Montag, 27. Februar an:** renate@jandorek.at

Bitte unbedingt Rechnungsadresse und dazugehörige Mailadressen angeben.

ACHTUNG: Die Teilnehmer:innen-Anzahl ist auf 20 begrenzt, first come - first serve!

Mit der Anmeldung erkläre ich mich mit der Datenverarbeitung einverstanden.

Informationen unter www.vts.at

Kosten

„Einstieg in deine Trainer:innen Karriere“ € 58,00

„Einstieg in deine Trainer:innen Karriere“ und Weri-Kurs € 90,00

Die Kurskosten (lt. Anmeldungen) und eventuelle Turn 10 Hefte werden von der VTS in Rechnung gestellt und sind lt. Rechnungsinformationen zu begleichen.