

E I N L A D U N G
ZUM
1. TEIL DER 2-TEILIGEN FORTBILDUNG FÜR
ÜBUNGSLEITER, TRAINER – SKI-ALPIN
für den Leistungs- und Breitensport in den Vereinen

von **8. Juni bis 10. Juni 2018** in Seekirchen-Wallersee

- Anreise** * Freitag, 08. Juni 2018 bis 09:00 Uhr
Abreise * Sonntag, 10. Juni 2018 ca. 14:00 Uhr
- Unterkunft** * Gasthof Hotel Post, Hauptstraße 19,
5201 Seekirchen/Wallersee, www.postseekirchen.at
Tel.: 06212/2229-0
- Kursführung** * BFW Andrea Walch
* BFW-Stv. Alois Mitterbauer
- Inhalte – I. Teil** * Krafttraining im Kinder- und Schülerbereich
* Aufwärmspiele
* Koordinative Fähigkeiten
* Persönlichkeitsentwicklung für die Coaches
Dr. Georg Watschinger
- Kosten** * Fortbildungskosten trägt das ASVÖ-Bundessekretariat,
jedoch hat jeder Teilnehmer einen **Selbstkostenbeitrag** in der
Höhe von **130 Euro (Heimschläfer 100,00)** für **Kursteil I** auf
das Konto des ASVÖ bei der Volksbank
IBAN AT18 4300 0461 0057 7009 bis spätestens **28. Mai 2018**
einzuzahlen.



Die Quartierreservierung erfolgt über den BFW-Stv. Alois Mitterbauer.
Einzelzimmer müssen **selbst** organisiert werden und an Hr. Alois
Mitterbauer weitergeleitet werden
Email: loismittski@gmx.at; Tel.: 0664 - 50 010 50

Mit sportlichen Grüßen

RR Dietrich Sifkovits m.p.
Vorsitzender Sportausschuss

Mag. Florian Sedy m.p.
Sportkoordination

Freitag 08.06.2018

Anreise bis 09:00 Uhr

Zimmereinteilung, Begrüßung,
Kursbesprechung

09:30Uhr - 12:00Uhr
in der Schule

Theorie: Walch Andrea
„Krafttraining im Kinder- und
Schülerbereich“

Theorie: Walch Andrea
„Entwicklung der Koordinativen
Fähigkeiten“

12:00 Uhr – 13:30 Uhr

Mittagspause

13:30 Uhr – 17:30 Uhr
in der Schule

Theorie: Dr. Georg Watschinger
„Beschwerdemanagement –
Umgang mit Beschwerden,
z.B. von Eltern!“

18:30 Uhr

Abendessen

Samstag, 09.06.2018

08:00 Uhr - 13:00 Uhr

Praxiseinheit:

Gruppe 1: Kraftpass I - Andrea

Gruppe 2: Koordination - Philipp

Gruppe 3: Rumpf und
Ausdauerparcour - Thomas

13:15 Uhr – 15:00 Uhr

Mittagspause

15:00 Uhr – 17:00 Uhr

Praxiseinheit: Walch Andrea
Spiele in der Halle

18:00 Uhr

Abendessen

Sonntag, 10.06.2018

9:00 Uhr – 12:00 Uhr

Praxiseinheit: Kickboxen

12:15 Uhr

Mittagessen und
anschließend Heimreise

Mitzubringen:

- gute Laune, hohe Motivation, gute Konzentrationsfähigkeit
- Schreibutensilien
- Trainingsbekleidung für die Halle
- Trinkflasche – „kein Training ohne Getränk!“
- evt. Laufsachen, es ist sehr schön um den See zu laufen
- evt. Kamera, um in der Halle Videos zu machen

Mit sportlichen Grüßen

BFW Andrea Walch

Mit sportlichen Grüßen

BFWStv. Alois Mitterbauer

Bei Fragen könnt ihr euch gerne melden:

Tel.: +43 650 91 035 05

walchandrea@hotmail.com