

2019-LN003
Grundausbildung
Walking- / Nordic-Walking-TREFF-Betreuer
In Kooperation mit dem Hessischen Leichtathletikverband
10.05.-11.05.2024 in Frankfurt

Ausrichter: Hessischer Leichtathletik-Verband

Termin: Freitag, **10.05.2024**, 16.00 Uhr – 21.15 Uhr
Samstag, **11.05.2024**, 09:00 Uhr – 16:30 Uhr

Ort: 60528 Frankfurt - Sportschule des Landessportbundes Hessen, Otto-Fleck-Schneise 4

Zielgruppe: Breitensport-C-Trainer:innen, Lauftreff-Betreuer, Interessierte

Die Grundausbildung richtet sich an alle interessierten Nordic-Walker, die die Technik bereits beherrschen und sich das methodische Wissen zum Leiten einer Gruppe aneignen wollen.

Anerkennung: Die Fortbildung wird zur Verlängerung der DSV-Lizenzen (Grundstufe/Instructor) im Rahmen des Curriculums anerkannt. Im Zweifelsfall Rückfragen bitte **vorab** mit der HSV-Geschäftsstelle klären!

Themen/Inhalte: **Freitag, 10.05.2024** (16:00 Uhr – 21:15 Uhr)

- Begrüßung, Organisation
- Praxis: Warm up, Betreuung im Einsteiger- und Fortgeschrittenenbereich (Walken und Laufen)
- Gemeinsames Abendessen
- Theorie: DLV-Treffs, Organisation, Regeln, Ausrüstung, praktische Tipps (Streckenauswahl, Wetter, Bekleidung, Ernährung, Ersthilfe, Versicherung)
- Theorie: Lauftechnik, Walking und Nordic-Walking-Technik

Samstag, 11.05.2024 (09:00 Uhr – 16:30 Uhr)

- Sportmed. Grundlagen, Prävention und Sportverletzungen
- Praxis: Nordic-Walking-Technik
- Grundsätze im Ausdauertraining,
- Gemeinsames Mittagessen
- Funktionsgymnastik und Dehnung (Halle)
- Abschlussrede / Feedback

Referent:innen: Hessischer Leichtathletik-Verband

Kosten/Leistungen: **115,00 Euro** für HLV- und HSV-Mitglieder und **140,00 Euro** für Nicht-Mitglieder
Die Zahlung kann per Lastschrift oder per Überweisung erfolgen. Im Preis
inbegriffen sind die Lehrgangsgebühren und Schulungsunterlagen. Die
Sportschule des Landessportbundes Hessen bieten Übernachtungsmöglichkeiten
an. Falls Sie eine Übernachtungsmöglichkeit benötigen, wenden Sie sich bitte an
Clara Costadura (HLV). Die Übernachtungskosten sind nicht in der
Lehrgangsgebühr enthalten.

Stornoregelung: Bei Absagen, die später als 2 Wochen vor Beginn der Schulung erfolgen, werden
50% der Lehrgangsgebühren erhoben.

Anmeldung: Für diese Veranstaltung können Sie sich online **bis zum 02. Mai 2024** auf der
Homepage des Hessischen Leichtathletik-Verbandes anmelden:
<https://www.hlv.de/bildung/lehrgangsanmeldung>

Um den **ermäßigten Preis für HSV-Mitglieder** zu erhalten, senden Sie bitte zusätzlich zur Online-
Anmeldung eine kurze Mail unter Angabe des Vereins an Clara Costadura (Kontaktdaten s. unten).

In Kooperation mit:



Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt am Main
Ansprechpartnerin: Clara Costadura
Tel. 069 – 6789 244, Fax: 069 – 67 89 222