

Zusammen mit:

KSV Baunatal e.V.

USVAKADEMIE
AUSBILDUNG. FORTBILDUNG.

2024-L009

**Fortbildung „Fit für die Piste“ –
Kreatives Koordinations- & Konditionstraining
Tipps und Tricks für ein abwechslungsreiches und motivierendes Training
*24.11.2024***

Der Winter und eine neue Skisaison stehen bald wieder vor der Tür und ihr braucht noch einige neue und gute Anregungen für eure Skigymnastik? In diesem Workshop erhaltet ihr viele neue Ideen und Tipps, wie ihr euer Konditionstraining abwechslungsreich und pfiffig gestalten könnt, damit eure Teilnehmer/innen auch weiterhin motiviert dabei sind und gut vorbereitet in die Skisaison gehen.

Durchführung: Hessischer Skiverband e.V. – Akademie und dem KSV Baunatal e.V.

Termin: **Samstag, 24.11.2024**
10.00 Uhr – 17.00 Uhr

Ort: Sporthalle Baunatal-Hertingshausen, Werraweg 5, 34225 Baunatal
Anfahrt:



Teilnehmer: Übungsleiter (mit und ohne Lizenz), die in ihrem Verein Fitness- und Skigymnastik anbieten (möchten)

Lehrgangsart: Fortbildung DSV Grundstufe und Instructor (8UE)
Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere (8UE)

Kosten: 40,-- € für Mitglieder des Hessischen Skiverbandes
50,-- € für Nichtmitglieder

Inhalt: „Fit für die Piste“ – Konditions- und Koordinationstraining mit viel Musik und Spaß

Referent: Eckhard Deflize – Übungsleiter Turnen, Kraft- und Fitnessstraining und Skigymnastik (HTV), DSV Instructor Alpin, Indoorcyclinginstructor

Anmeldung: online, Anmeldeschluss: 05.11.2024

Die Lehrgangskosten werden nach Bestätigung Ihrer Anmeldung ca. 2 Wochen vorher von dem angegebenen Konto abgebucht und eine Teilnehmerliste wird versendet. Informationen zur Verpflegung folgen noch.

Bei Absage der Teilnahme fallen Stornokosten in Höhe von 10 EUR an.

