

Training der motorischen Grundfähigkeiten mal anders (Übungsleiter*in B Profil Kinder/Jugendliche)

Lehrgangsnummer:	SJ 04
Lerneinheiten:	15
Träger:	Sportjugend Sachsen
Kosten:	150 € Nicht-Sportvereinsmitglied 110 € Sportvereinsmitglied
Anmeldeschluss:	09.03.2025, 00:00 Uhr
Stornofrist:	20.02.2025

Termin

05. - 06.04.2025, 09:00 - 16:00 Uhr

Ort: Sportschule Werdau
An der Sportschule 1, 08412 Werdau

Referent:in: Björn Lehnert

Ablauf:

- **Samstag:**
09.00 - 18.00 Uhr (inkl. Pausen und Mahlzeiten)
- **Sonntag:**
08.00 Uhr Frühstück
09.00 Uhr – 16.00 Uhr (inkl. Pausen und Mittagessen) anschl. Abreise

Inhaltliche Schwerpunkte

Egal ob im Breiten-, Leistung- oder Kinder- und Jugendtraining: Steigerungsläufe, Intervalltraining, Kraftausdauerkreis und dergleichen sind allgemein bekannte typische Trainingsformen zur Ausprägung motorischer Grundfähigkeiten. Ziel des Seminars ist es, anhand von praktischen Beispielen aufzuzeigen, inwieweit Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und vor allem aber auch Koordination anderweitig auf spielerische und freudbetonte Art und Weise im Training gefördert und gefordert werden können. Alters- und sportartübergreifend sollen variantenreiche Trainings-/ Spielformen und Methoden vorgestellt und vermittelt werden, welche vor allem im Trainingsalltag mit Kindern und Jugendlichen zum Einsatz kommen könnten.

Hinweis

Die Teilnahmegebühr beinhaltet Übernachtung und Verpflegung in der Lehrgangsstätte. Die Übernachtung findet in Mehrbettzimmern statt. Falls Sie eine Einzelzimmerbuchung wünschen, wenden Sie sich bitte direkt an die Sportschule Werdau. Dies unterliegt der Verfügbarkeit und zusätzlichen Kosten, die individuell zu tragen sind.

Dieser Lehrgang unterliegt den **Teilnahmebedingungen** des Landessportbundes Sachsen. Eine Stornierung ist innerhalb der Stornofrist über Ihren Account im Bildungsportal selbst durchzuführen.

Der Lehrgang ist ein mögliches Modul zur Ausbildung Übungsleiter B (Profil Kinder/ Jugendliche) sowie zur Verlängerung der Übungsleiter C- und B-Lizenz (Profil Kinder/ Jugendliche) geeignet.

Veranstalter

Sportjugend Sachsen

Sportjugend Sachsen
Goyastr. 2d
04105 Leipzig
Tel. +49 . 341 . 21631-62
E-Mail: bildung@sport-fuer-sachsen.de
Internet: www.sport-fuer-sachsen.de