

DSA Prüferausbildung_DRK

Lehrgangsnummer: DSA 0225
Lerneinheiten: 8
Kosten: kostenfrei

Termine

15.05.2025, 09:45 - 11:15 Uhr

Ort: DRK Akademie Sachsen
Ablauf: Theorie

21.05.2025, 09:45 - 11:15 Uhr

Ort: DRK Akademie Sachsen
Ablauf: **Praxis in der Schule**
Medizinball 2 kg
Standweitsprung
Seilspringen
Push-Ups/Liegestützen
Crunches/Curl-Ups/Bauchpresse
Triceps-Dips/Beugestütz

22.05.2025, 13:00 - 15:15 Uhr

Ablauf: 13:00-14:00 Uhr Werferplatz 19 im Ostragehege
13:30-15:15 Uhr Laufbahn und Weitsprung im Heinz-Steyer-Stadion
2 Kabinen im Stadion
Praxis
100 m Sprint
800 m U18
3000m Ü18
Kugelstoßen 4kg_6kg_7,26 kg
Wurfball 200g
Weitsprung
Zonenweitsprung

04.06.2025, 10:30 - 11:15 Uhr

Ort: DRK Akademie Sachsen
Ablauf: Einweisung Sportabzeichentag

Inhaltliche Schwerpunkte

Diese Veranstaltung ist NUR für Schülerinnen und Schüler des 1. Ausbildungsjahres der DRK Akademie Sachsen.

Veranstalter

StadtSportbund Dresden

StadtSportBund Dresden e.V.

Dachverband von rund 355 Sportvereinen und Verbänden

Interessenvertreter von circa 127.221 organisierten Sportlern in der Landeshauptstadt Dresden

Freiberger Straße 31

01067 Dresden

Ansprechpartnerin: Frau Dr. Romy Ebersbach-Dietz

Tel. +49 351 212 38 - 34

Fax +49 351 212 38 - 40

E-Mail r.ebersbach-dietz@ssb-dresden.de

Web www.ssb-dresden.de