



Fortbildungen im Verein

Programm 2. Halbjahr 2018

Einführung in die KINSPORTH®-Methode

Referenten

Markus Bertele

B-Trainerlizenz für Volleyball, C-Trainerlizenz für Breitensport, zertifizierter Kinsporth® Trainer, zertifiziert für kinesiologisches Taping, zertifizierter PowerLoop® Trainer

Termin und Ort

Samstag, 29.9.2018, 9.00 Uhr bis 13.00 Uhr
PG-Halle IV + V, Adenauerallee, Biberach

Inhalt

Einführung in KINSPORTH® und Sportkinesiologisches Training.
Die KINSPORTH®-Trainingsmethode basiert auf fundierten medizinischen, wissenschaftlichen und psychologischen Erkenntnissen. KINSPORTH® dient der Verbesserung aller konditionellen, koordinativen und kognitiven Fähigkeiten.

Kosten

15 Euro

Vom WLSB mit 4 Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung der DOSB-Übungsleiterlizenz C anerkannt.



Functional Training

Referenten

Rainer Fimpel

Dipl.-Sportlehrer für Prävention und Reha, Coach und Personal Trainer, Med. Trainingstherapeut

Lukas Fimpel

B.Sc. Sportwissenschaft, Fitnesstrainer B-Lizenz

Termin und Ort

Samstag, 20.10.2018, 9.00 Uhr bis 13.00 Uhr
Impuls Gesundheitszentrum, Eichendorffweg 5, Biberach

Inhalt

Theorie und Praxis

- Einführung in das Functional Training
- Gestaltung eines Functional-Trainings-Programms
- Bewegungsmuster des menschlichen Körpers
- Übungen mit dem eigenen Körpergewicht und mit verschiedenen Kleingeräten
- Durchführung eines Functional Workout

Kosten

15 Euro

Vom WLSB mit 4 Lerneinheiten zur Lizenzverlängerung der DOSB-Übungsleiterlizenz C anerkannt.



Anmeldung bitte per E-Mail bis 1 Woche vor dem jeweiligen Seminar an geschaeftsstelle@tg-biberach.de

Weitere Informationen: Thorsten Meinhardt, thorsten.meinhardt@tg-biberach.de

Turngemeinde Biberach 1847 e.V., Adenauerallee 11, 88400 Biberach, Telefon 07351/71855, www.tg-biberach.de