



Fortbildungen für Trainer

Sportartübergreifende Schulungen für
Nachwuchstrainer und aktive Übungsleiter

Programm 2013



KONZEPT

So bleiben Trainer auf der Höhe der Zeit

Im Herbst 2012 startete die TG Biberach mit ihren Fortbildungsangeboten für Trainer. Die ersten drei Schulungen waren so erfolgreich, dass die Reihe in diesem Jahr fortgesetzt wird.

Das Konzept bleibt dabei unverändert: Teilnehmerfreundliche Schulungszeiten, direkt vor Ort in Biberach, günstige Teilnahmekosten, fachkundige Referenten aus dem Sport und eine gute Mischung aus Theorie und Praxis.

Besonders freut uns, dass neben Stefan Cohn (KiSS der TG Biberach) und Rainer Fimpel (Impuls Gesundheitszentrum) mit Zoltan Nagy ein international bekannter Sportler und Profi-Trainer als Referent gewonnen werden konnte.

Schwerpunkt der diesjährigen Schulungsangebote ist der Bereich Kinder- und Jugendtraining, dem zwei der drei Blöcke gewidmet sind.

Unkostenbeitrag

TG-Mitglieder und jugend aktiv: 10 Euro pro Block
Sonstige: 20 Euro pro Block

Kleidung

Bei allen Schulungsblöcken ist geeignete Trainingsbekleidung mitzubringen



PARTNER

Starke Partner für ein neues Konzept

Die TG-Schulungen für Trainer werden unterstützt von folgenden Partnern:



Anmeldung

Anmeldung zu unseren Seminaren bitte per eMail bis jeweils 2 Wochen vor dem jeweiligen Block an folgende Adresse:
geschaeftsstelle@tg-biberach.de

Weitere Informationen

Thorsten Meinhardt
thorsten.meinhardt@tg-biberach.de



BLOCK 1

Athletik- und Krafttraining für Kinder und Jugendliche

Referent

Zoltan Nagy
*Diplom-Trainer Basketball, U19-Bundesligatrainer
Ratiopharm Ulm, 85-facher Nationalspieler ungarische
Basketball-Nationalmannschaft*

Termin

Samstag, 15.6.2013, 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Ort

PG Turnhalle IV + V, Breslaustraße, 88400 Biberach

Inhalt

Theorie (1 Stunde):

- Grundlagen

Praxisteil (2 Stunden):

- Übungen und Spiele für 8- bis 12-Jährige
- Athletik-Training mit Jugendlichen



BLOCK 2

Konditionstraining im Kinder- und Jugendalter

Referent

Stefan Cohn
Diplom-Sportlehrer und Leiter KinderSportSchule

Termin

Samstag, 19.10.2013, 9.00 Uhr bis 13.00 Uhr

Ort

WG Turnhalle, Adenauerallee, 88400 Biberach

Inhalt

Theorie (2 Stunden):

- Konditionsarten (Ausdauer, Beweglichkeit, Kraft...)
- Entwicklungsspezifische Merkmale oder „Kann Hans noch lernen, was Hänschen noch nicht konnte?“
- Konditionell-koordinative Gesichtspunkte

Praxisteil (2 Stunden):

- Konditionelle und koordinative Trainingsanreize in der Praxis



BLOCK 3

Leistungsdiagnostik mit und ohne Labor

Referent

Rainer Fimpel
*Diplom-Sportlehrer für Prävention und Reha, Coach und
Personal Trainer, Medizinischer Trainingstherapeut,
Mitglied Betreuungsstab der Bundesliga-Tischtennisman-
schaft Ochsenhausen*

Termin

Samstag, 16.11.2013, 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Ort

Impuls Gesundheitszentrum, Eichendorffweg 5,
88400 Biberach

Inhalt

Theorie (1 Stunde):

- Grundlagen
- Vorstellung verschiedener Testverfahren für die verschiedenen konditionellen Arten
- Trainingssteuerung durch Leistungstests

Praxis (2 Stunden):

- Sportartübergreifende Tests für Maximalkraft, Schnellkraft, Ausdauer und Beweglichkeit ohne Labor und größere technische Hilfsmittel
- Verfahren mit Labor und technischen Hilfsmitteln

