



## Fortbildung „Vertiefende Grundlagen“



<b>Lehrgangsnummer:</b>	74-2022
<b>Termine:</b>	29. September 2022 / 19:30-21:45 (online) 30. September 2022 / 18:00 – 21:30 (online) 01. Oktober 2022 / 09:30-15:30 (online) 02. Oktober 2022 / 09:00-17:15 Covestro Sportpark, Löschenhofweg 30, 47829 Krefeld 03. Oktober 2022 / 09:00-17:00 Covestro Sportpark, Löschenhofweg 30, 47829 Krefeld
<b>Umfang:</b>	30 LE
<b>Anmeldefrist:</b>	15. September 2022
<b>Anmeldung unter:</b>	alexander.bohr@lvn-sport.de
<b>Lehrgangsgebühr:</b>	300€
<b>Zugangsvoraussetzungen:</b>	Gültige Lizenz „Trainer-C Leistungssport“ / „Trainer-C Wettkampfsport“
<b>Inhalte:</b>	Grundlagen der Trainingslehre, Anatomie & Physiologie, Verletzungsprophylaxe, Allgemeine Rumpfkraftigung, Entwicklung der Schnelligkeit, Einführung in das Krafttraining
<b>Weitere Informationen:</b>	Die erfolgreiche Teilnahme an der Fortbildung „Vertiefende Grundlagen“ ist Zugangsvoraussetzung zum Trainer-B/Leistungssport
<b>Anmeldungsrücktritt:</b>	Sie können bis zum Ablauf der Anmeldefrist kostenfrei von der Teilnahme zurücktreten. Der Rücktritt muss unter Angabe der Lehrgangsnummer schriftlich erklärt werden.