

B-Trainer-Ausbildung im Block „Sprint“

Lehrgang Nr. 70-2021

Umfang:	60 Lerneinheiten
Termine:	Sonntag, 14. November 2021, 17:30 – 19:45 Uhr (online) Mittwoch, 17. November 2021, 20:00 – 21:30 Uhr (online) Samstag, 20. November 2021, 09:00 – 17:30 Uhr (Leverkusen) Mittwoch, 24. November 2021, 20:00 – 21:30 Uhr (online) Sonntag, 28. November 2021, 09:00 – 13:30 Uhr (Uerdingen) Mittwoch, 1. Dezember 2021, 19:45 – 22:00 Uhr (online) Samstag, 04. Dezember 2021, 09:00 – 17:30 Uhr (Leverkusen) Samstag, 11. Dezember 2021, 10:30 – 15:45 Uhr (Leverkusen) Selbstlernphase Lehrgangsabschluss März 2022
Ort:	Siehe Termine
Referenten:	Tobias Rüttgers (Leitender Landestrainer LVN) Lars Heinke (Beauftragter LVN für B-Trainer-Aus- u. Fortbildung) Markus Irrgang (LVN-Landesdisziplintrainer Hürdensprint) Jannik Engel (LVN-Landesdisziplintrainer Sprint) Andreas Gentz (LVN-Landesdisziplintrainer 400 m Hürden)
Inhalte:	<ul style="list-style-type: none">▪ Trainingsmittel im Aufbautraining▪ Technik Sprint/Hürdensprint/Maximalsprint▪ Physiologische Grundlagen im Langsprint▪ Technikspezifisches Krafttraining▪ Training der Beschleunigung
Voraussetzungen:	<ul style="list-style-type: none">▪ Teilnahme an den „Vertiefenden Grundlagen I + II“▪ Mindestens dreijährige Trainerpraxis als C-Trainer-Leichtathletik „Leistungssport/Wettkampfsport“
Sonstiges:	<ul style="list-style-type: none">▪ Als technische Voraussetzung wird ein Computer/Notebook mit Lautsprechern benötigt. Ein Handy-Headset und ggf. eine Webcam sind empfehlenswert, aber nicht zwingend notwendig.▪ Programme müssen nicht auf dem eigenen Computer installiert werden. Der Zugang zur Konferenz geschieht über einen Link per E- Mail.
Lehrgangsgebühr:	330 € für Teilnehmer aus dem LV Nordrhein 430 € für externe Teilnehmer
Anmeldung:	Bitte melden Sie sich mit dem Anmeldeformular verbindlich bis zum 18. Oktober 2021 über den zuständigen Verein bei bettina.illinger@lvn-sport.de an.
Hinweis zur Anmeldung:	Sie können jederzeit vor Lehrgangsbeginn von der Veranstaltung zurücktreten. Der Rücktritt muss unter Angabe der Lehrgangsnummer schriftlich erklärt werden. Die Rücktrittspauschale beträgt pro Person: ab 4 Tage vor Lehrgangsbeginn 100 % der Lehrgangsgebühr