

LEHRGANGSPROGRAMM: TRAINERFORTBILDUNG TRAINER B/C DISZIPLIN + NICHTLIZENZIERTE

ZEIT	Wochentag, 16.05.2015	AUSBILDER		ZEIT	Wochentag, 17.05.2015	AUSBILDER
				07.30- 08.15 Uhr	Frühstück	
09.00 Uhr	Begrüßung	Schölch		08.30- 11.00 Uhr	Herzfrequenzgesteuertes Ausdauertraining	M. Meurer - Polar
09.15-11.00 Uhr	Bewegungsfeedback im Sport (Saal 1)	Prof. Leukel		11.00-12.30 Uhr	Sportartspezifische Trainingssteuerung :	SLL – Markus Cramer (Trainer) BIA – Ilmar Heinicke (Trainer) NK
11.30-12.30 Uhr	Theorie – Einführung und Vorbereitung Praxisteil (Saal 1/Sporthalle)	G. Zipfel M. Meurer-Polar			Techniktraining	SSP – B. Metzler (Trainer) <i>angefragt!!</i>
12.30-14.00 Uhr	Mittagessen			12.30-13.30 Uhr		
14.30-17.30 Uhr	Praxis – Skigang und Schrittsprungtechnik mit Bewegungs- und Biofeedback (Außenanlage)	G. Zipfel M. Meurer-Polar		13.30-15.00 Uhr	Besprechung in den jeweiligen Disziplinen – SLL – SSP – NK – Biathlon Aktuelle Themen / Ziele Saison 15/16	Leitung : Ltd. Landes-/Stützpunkttrainer mit Unterstützung durch Cheftrainer/Stützpunkttrainer
18.00-19.00 Uhr	Abendessen					
19.15-20.00 Uhr	Anti-Doping – Infos für Vereins-/Stützpunkttrainer (Saal 1)	Dr. Reichert				
20.00-21.00 Uhr	Nachwuchskonzepte – Möglichkeiten und Anwendung (Saal 1)	G. Zipfel				

Der Lehrgangsleiter behält sich Änderungen des Programms vor.