

Athletiktraining

Lehrgangsnummer:	221325
Lerneinheiten:	20
Träger:	Europäische Sportakademie Land Brandenburg
Kosten:	295 € Vereinsmitglieder LSB BRB 590 € Nichtmitglieder LSB BRB
Anmeldeschluss:	25.03.2022, 00:00 Uhr
Stornofrist:	18.02.2022

Termin

01. - 03.04.2022, 00:00 - 00:00 Uhr

Ort: Sport- und Bildungszentrum Lindow (Mark)
Granseer Straße 10, 16835 Lindow (Mark)

Referent:in: Olaf Henning

Ablauf:

- Freitag, 01.04.2022 17:00 - 21:00 Uhr
- Samstag, 02.04.2022 09:00 - 18:00 Uhr
- Sonntag, 03.04.2022 09:00 - 13:00 Uhr

Hinweis: Der Lehrgang ist mit Übernachtung und Vollverpflegung. Die Leistungen sind in der Lehrgangsgebühr enthalten.

Inhaltliche Schwerpunkte

Das Athletiktraining spielt für viele Sportler eine bedeutende Rolle bei der Entwicklung von Leistungsfähigkeit, Fitness und Gesundheit. Ob für Breiten- oder Leistungssportler, mit dem allgemeinen Athletiktraining werden die motorischen Grundfähigkeiten (Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination) trainiert.

Die Fortbildung thematisiert das allgemeine und spezifische Athletiktraining beispielhaft für ausgewählte Sportarten und berücksichtigt auch deren disziplintypischen Anforderungen.

Hinweis

Hinweise:

- Praxisausbildung – Sportsachen für Indoor & Outdoor mitbringen
- Einzelzimmer im Hotel & Gästehaus
- Sauna & Schwimmbad vor Ort vorhanden
- Bettwäsche & Handtücher auf den Zimmern vorhanden
-

Aktuelle Corona-Information SB Lindow (Mark):

Ab dem 07.03.2022 gilt eine 3G-Plus Regelung > zweifach geimpfte und/oder genesene Personen haben nur mit einem aktuellen offiziellen Negativ-Test (Testzentrum) Zugang zum SBL.

- geboostert (ohne Test > jedoch wünschenswert)
- 2fach geimpft oder genesen (mit Test)
- ungeimpft (mit Test)

Notfalls kann auch ein Schnelltest für 3,00 € an der Rezeption erworben werden.

Für Fragen wenden Sie sich bitte direkt an das SB Lindow (Mark) 033933 – 400

Veranstalter

ESAB Referat Bildung

Olympischer Weg 7, 14471 Potsdam

Tel.: 0331 – 585 67 320

e: kundenservice@esab-brandenburg.de

>>> Es gelten die aktuellen **AGBs der ESAB (PDF)**