

FORTBILDUNG SENSOMOTORIK, KRÄFTIGUNG UND KOORDINATION

Der Lehrgang richtet sich an ausgebildete Trainer, Übungsleiter, TREFF-Betreuer oder -Leiter aus dem leichtathletischen Wettkampf- und Breitensport.

23.02.2019 **Laupheim** **A 04.02.2019**

FORTBILDUNGSINHALTE

- Training der Tiefenmuskulatur
- Kräftigung und Stabilisation von Rumpf und Extremitäten
- Schulung der koordinativen Fähigkeiten, wie z.B. Gleichgewicht, Kopplungs-, Rhythmisierungs- und Differenzierungsfähigkeit

KOSTEN

40 € (ohne Verpflegung)

REFERENTEN

Lehrteam Freizeit-, Lauf- und Gesundheitssport WLW

LIZENZVERLÄNGERUNG

8 LE Trainer-C Leistungssport und Breitensport (BLV/WLV)

ONLINE-ANMELDUNG

www.wlv-sport.de ► Bildung