

Gerätturnen weiblich

Tipps, Kniffe und Kritik von einem „fremden“ Trainer zu erfahren, kann sehr hilfreich sein. Als Übungsleiter und Trainer werden wir mitunter mit der Zeit „betriebsblind“. Deswegen sind bei diesem Lehrgang aktive Kinder und Jugendliche, die sich zutrauen, jeweils drei Stunden Training durchzuhalten, hochgradig erwünscht.

Am Vormittag werden wir uns nach einer Erwärmung (P-Stufen-Niveau) zunächst dem Abschwung (früher: Felgunterschwung) und der Kippe technisch-methodisch widmen, dann sind Überschlagbewegungen am Boden das Thema.

Der Nachmittag ist eher für Kür-Turnerinnen und ihre Trainer gedacht. Hier wird technisch-methodisch der Rückschwung Handstand erarbeitet sowie über den freien Umschwung die Hinführung zur Felge in das Handstehen. Am Boden geht es dann um akrobatische Reihen.

Referent: Prof. Dr. Swantje Scharenberg

Termin	Samstag, 10. August 2019
Ort	66482 Zweibrücken
Zeit	Lehrgang 1: 9.00 bis 12.00 Uhr Lehrgang 2: 13.00 bis 16.00 Uhr
Teilnehmergebühr	Je Lehrgang: 5 € für Turnerinnen 13 € mit GYM CARD, 15 € ohne GYM CARD, 30 € Nichtmitglieder
Teilnehmerkreis	Übungsleiter, Trainer, Turnerinnen
Lizenzverlängerung	Je Lehrgang 4 LE für die Profile Kinderturnen, Gerätturnen und Breitensport
Bitte mitbringen	Sportkleidung
Anmeldung	Westpfalz-Turngau, Anette Dahler, Jugendwartin, Email: anettedahler@t-online.de