

A U S S C H R E I B U N G

TVSH-Trainerweiterbildung „Stretching und Mobilität“

- Veranstalter:** Taekwondo-Verband Schleswig-Holstein e.V.
- Verantwortlich:** Hagen Schmidt – TVSH-Lehrwesenreferent
- Ausrichter:** Kieler MTV e.V.
- Datum:** **Sonntag, 27. November 2016**
- Ort / Halle:** Lessinghalle Kiel
Lessingplatz 1, 24116 Kiel
- Teilnehmer:** alle interessierten Taekwondo-Trainer und Übungsleiter des TVSH oder anderer Landesverbände der DTU; sinnvoll ab 16 Jahren, 4. Kup mit vorhandener Trainer- oder Übungsleiterlizenz
- Zeitplan:** 10⁰⁰ Uhr – 11³⁰ Uhr: 1. Teil
11³⁰ Uhr – 11⁴⁵ Uhr: Pause
11⁴⁵ Uhr – 13¹⁵ Uhr: 2. Teil
- Themen:** Die Trainerweiterbildung befasst sich mit dem Thema Stretching und Mobilität in Theorie und Praxis. Beleuchtet werden der Hintergrund und die verschiedenen Positionen zur Sinnhaftigkeit des Stretchings. Im praktischen Teil werden unterschiedliche Methoden des Stretchings und der Mobilitätssteigerung vorgestellt unter Bezugnahme auf die Vor- und Nachteile bzw. Anwendungsgebiete.
- Referent:** Stefan Tönnies, Zertifizierter Athletiktrainer, Ernährungsberater
- Kosten:** TVSH-Sportler: 5,00 €
andere: 10,00 €
- Anmeldungen:** erwünscht per E-Mail unter schmidt@tvsh-mail.de mit folgenden Angaben: Name, Graduierung, Verein, Trainer-Lizenz
- Meldeschluss:** Sonntag, 20. November 2016
- Rückfragen:** Hagen Schmidt
Tel. 0173 – 23 53 750, E-Mail: schmidt@tvsh-mail.de



- Mitzubringen:** DTU-Pass, Schreibzeug, bequeme Sportkleidung
- Haftung:** Der Veranstalter sowie der Ausrichter übernehmen keine Haftung für Personen- oder Sachschäden.
- Hinweise:** Diese Weiterbildung wird mit 4 UE als Verlängerungslehrgang der Trainerlizenzstufen C und B anerkannt.

Mit freundlichen Grüßen

Hagen Schmidt
TVSH-Lehrwesenreferent