

WLV Fortbildung Freizeit-, Lauf-, Gesundheitssport: „Vom Jogger zum Läufer“

*Fortbildung für LaufTREFF-Betreuer*innen, Trainer*innen und für Läufer*innen, die Tipps und Übungsformen zur besseren Wahrnehmung der Lauftechnik kennenlernen wollen.*

Termin: Samstag, 06. Mai 2023, 09:00 bis 16:30 Uhr

Lehrgangsort: Seligweiler Hotel, Seligweiler 1, 89081 Ulm

Inhalte: „Der Unterschied zwischen einem Jogger und einem Läufer ist nicht die Geschwindigkeit, die Streckenlänge oder die Trainingshäufigkeit. Der Unterschied ist, dass ein Läufer das von Natur aus gegebene Bewegungssystem des menschlichen Körpers kennt und nutzt. Ein Jogger nicht.“

In dieser Fortbildung wird in Theorie und Praxis geschult, wie der korrekte Einsatz dieses Bewegungssystems zu erlernen bzw. sich bewusst zu machen ist. Anhand von Erläuterungen und praktischen Aufmerksamkeitsübungen wird der Einsatz dieses Bewegungssystems „der Läufer“ systematisch vermittelt.

Die einzelnen Aufmerksamkeitsübungen werden zu einer kompletten Lauftechnik zusammengeführt. Im Rahmen der zur Verfügung stehenden Zeit, wird individuell auf die Teilnehmer eingegangen. Wer möchte, kann von sich eine Videoaufnahme (Vorher / Nachher) machen lassen.

Referenten: WLV Lehrteam, Thomas Mensch WLSB Ausbilder

Ausrichter: WeRun4Fun e.V.

Kosten: **40,00 € Präsenzfortbildung** (ohne Verpflegung) für BLV-/WLV-Mitgliedsvereine
Für Teilnehmer aus Nicht-Mitgliedsvereinen des BLV/WLV gelten abweichende Gebühren.

Anmerkungen: ► Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Ausschlaggebend ist der Zeitpunkt der Online-Anmeldung.
► Es werden automatisch generierte Anmeldebestätigungen verschickt, sobald Ihre Anmeldung vollständig vorliegt und in unserem System eingetragen ist. Bitte ggf. Spamordner kontrollieren.
► Weitere Informationen erhalten Sie in der Vorwoche der Fortbildung per Email.

8 LE zur Lizenzverlängerung der Trainer C Lizenz Leistungssport und Breitensport sowie aller WLV-Zertifikate

Anmeldung:

Online-Anmeldung über www.bwleichtathletik.de → Bildung → Online-Anmeldung

Direktlink: <https://www.bwleichtathletik.de/bildung/online-anmeldung/>

Bitte nutzen Sie die Online-Anmeldung des Württembergischen Leichtathletik-Verbandes (WLV)

Die Anmeldung ist bis **23.04.2023** möglich. Eine kostenlose Abmeldung über den WLV-Personenaccount ist bis zum Meldeschluss ebenfalls möglich. Bei späteren Abmeldungen behält sich der WLV vor, Stornogebühren zu erheben.

Hinweis:

Es gelten die „Organisatorischen Hinweise zum Bildungsbereich der Leichtathletik Baden Württemberg“:

<https://www.bwleichtathletik.de/bildung/organisatorische-hinweise/>