

		Seminarplan Langhantel- & Athletiktraining im LfLA zur Zertifikatsverlängerung Trainer Nachwuchsleistungssport 15.05. - 17.05.2022			
15.5.	Montag	12:00-13:30	2	Langhantel- & Athletiktraining im LfLA	Martin Zawieja / Christian Szabéni-Thomas
		13:45-14:30	1	Praxis "Die vier Grundübungen"	
		14:30-15:15	1	Praxis Gruppenarbeit	
		15:15-16:00	1	Praxis Stationserfüllung und Präsentationen der Gruppen	
		16:15-17:45	2	Langhantel- & Athletiktraining im LfLA Teil II	
16.5.	Dienstag	9:00-9:45	1	Praxis SetUp Langhantel / weiterführende Übungen	Martin Zawieja / Christian Szabéni-Thomas
		9:45-11:15	2	Praxis Zubringerübungen	
		11:15-12:00	1	Praxis Spielformen	
				Mittagspause	
		13:00-13:45	1	Praxis Gerätekunde & Grundbewegungsmuster	
		13:45-14:30	1	Praxis Trainingsmethodik	
		14:45-15:30	1	Praxis Durchführungsformen	
		16:00-17:30	2	Theorie Trainingsplanung	
17.5.	Mittwoch	9:00-10:30	2	Zertifikatsübergabe Ausbildungskurs 5 2022/23 (mit Frühstück)	
		11:00-12:30	2	Netzwerkforum Trainer:innen im NWLS	