



LANDESRUDERVERBAND BADEN-WÜRTTEMBERG E.V.

F21-05 Fortbildung (Tageslehrgang)

Thema: Modelle des Ausdauertrainings

Gibt es Entwicklungen und neue Konzepte zum Ausdauertraining der Rennrunderer, die gleichermaßen wissenschaftlichen Erkenntnissen, trainingspraktischen und altersspezifischen Anforderungen gerecht werden? In diesem Tageslehrgang sollen anhand von vier Modellen Möglichkeiten aufgezeigt werden, wie ein alters- und leistungsspezifisches Ausdauertraining in der Trainingspraxis aussehen kann. Diese Fortbildung ist auch im besonderen für leistungssportlich orientierte Trainer gedacht.

Termin: 30. April 2021 von 9:00 - 16:30 Uhr

Lehrgangsort: Landesleistungszentrum Rudern, Jugendherberge - Breisach

Zielgruppe: interessierte (Kader-)Trainer, Rennrunderer und Ruderlehrer (max. 12 Teilnehmer)

Anmeldeschluss: 22.03.2021

Lehrgangsgebühr: € 40,-

Lizenzverlängerung für C, B, ÜBP-, A-Lizenzen (8 LE)

Dr. Wolfgang Fritsch

Bildung & Sportentwicklung

Im LRVBW