



Fortbildungen im Verein

Programm 2. Halbjahr 2019

Taping im Sport

Referent

Simon Ellek

Physiotherapeut, Manualtherapeut, aktiver Spieler Handball Herren, Jugendtrainer Handball

Termin und Ort

Samstag, 28.9.2019, 9.00 Uhr bis 13.00 Uhr

Treffpunkt TG-Heim, Adenauerallee, Biberach

Inhalt

Umgang mit unelastischem Tape im Sportalltag. Überblick über die verschiedenen Tapearten und deren Anwendung. Bei welchen Verletzungen ist ein Tape sinnvoll? Erlernen von verschiedenen Tapeanlagen.

Kosten

15 Euro + 10 Euro Materialkosten

4 LE, ÜL-Lizenz C, die Anerkennung anderer Lizenzprofile bitte mit dem zuständigen Fachverband klären.



Übungsanalyse Krafttraining

Referenten

Rainer Fimpel

Dipl.-Sportlehrer für Prävention und Reha, Coach und Personal Trainer, Med. Trainingstherapeut

Lukas Fimpel

B.Sc. Sportwissenschaft, Fitnesstrainer B-Lizenz

Termin und Ort

Samstag, 9.11.2019, 9.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Impuls Gesundheitszentrum, Eichendorffweg 5, Biberach

Inhalt

Im Zeitalter von YouTube sind Krafttrainingsübungen für alle zugänglich. Doch sind sie auch gut? Auf was kann ich als Trainer bei der Auswahl achten? Lukas und Rainer Fimpel analysieren mit den Teilnehmern Krafttrainingsübungen mit Kleingeräten oder dem eigenen Körper und geben Tipps. Nach einem kurzen theoretischen Input werden populäre Übungen analysiert und gegebenenfalls so variiert, dass sie gut und effektiv sind. Jeder Teilnehmer kann vorab 1-3 Übungen mit Bild an die Referenten schicken.

Kosten

15 Euro

4 LE, ÜL-Lizenz C, die Anerkennung anderer Lizenzprofile bitte mit dem zuständigen Fachverband klären.



Anmeldung bitte per E-Mail bis 1 Woche vor dem jeweiligen Seminar an geschaeftsstelle@tg-biberach.de

Weitere Informationen: Thorsten Meinhardt, thorsten.meinhardt@tg-biberach.de

Turngemeinde Biberach 1847 e.V., Adenauerallee 11, 88400 Biberach, Telefon 07351/71855, www.tg-biberach.de