

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>Titel:</b>                  | <b>Modernes Athletiktraining</b>  |
| <b>Veranstaltungsnummer</b>    | <b>SP19134</b>  |
| <b>Veranstalter:</b>           | Fortbildung Berliner Lehrer Dozent: Frank Brenner                                 |
| <b>Datum:</b>                  | Montag, 27.05.2019  |
| <b>Zeit:</b>                   | 9-12:30 Uhr   |
| <b>Veranstaltungsort:</b>      | Wird in einer Rundmail durch den Bereiches Schulsport beim SenBJF bekanntgegeben. |
| <b>Thema:</b>                  | Modernes Athletiktraining (Mobilität und Stabilität)                              |
| <b>Form der Veranstaltung:</b> | Praxis  |
| <b>Referent(in):</b>           | Frank Brenner   |
| <b>Teilnehmergebühren:</b>     | 20 €  |
| <b>Meldungen per Fax an:</b>   | -----   |
| <b>Meldungen per eMail an:</b> | frank.brenner.do@web.de   |
| <b>Informationen unter:</b>    | +49 177-1691 987  |
| <b>Meldeschluss:</b>           | 10. Mai 2019  |

### Zielstellung der Fortbildung

Altbekanntes (nach Turnvater Jahn) neu und modern verpackt. So wird im Leistungssport das Athletiktraining praktiziert. Jede/r Teilnehmer/in kann sich hier die „Rosinen“ für seinen Unterricht ganz individuell herauspicken.

### Inhalte

Gibt es etwas Neues? Sind die veralteten gymnastischen Übungen noch „up to date“?  
Im ersten Teil beschäftigen wir uns mit dem Thema Mobilisation und geben viele Praxisbeispiele.  
Anschließend werden wir uns in Theorie und Praxis mit dem Thema Stabilisation (Core performance) beschäftigen..

### Bemerkungen

Lehrkräfte aus allen Schularten sind herzlich eingeladen.  
Bitte den Meldebogen **möglichst am PC** oder **leserlich in Druckschrift** ausfüllen und der Meldeadresse senden.  
Unleserliche Meldungen werden nicht berücksichtigt.