

2022-L006

**Fortbildung „Fit für die Piste“ –
Kreative Koordination & Konditionstraining
Tipps und Tricks für ein abwechslungsreiches und motivierendes Training
*05.11.2022***

Der Winter und eine neue Skisaison stehen bald wieder vor der Tür und ihr braucht noch einige neue und gute Anregungen für eure Skigymnastik? In diesem Workshop erhaltet ihr viele neue Ideen und Tipps, wie ihr euer Konditionstraining abwechslungsreich und pfiffig gestalten könnt, damit eure Teilnehmer/innen auch weiterhin motiviert dabei sind und gut vorbereitet in die Skisaison gehen.

Durchführung: Hessischer Skiverband e.V. – Akademie und Skiteam Bellersheim e.V.

Termin: **Samstag, 05.11.2022**
10.00 Uhr – 17.00 Uhr

Ort: Mehrzweckhalle in Trais-Horloff, Wolfskauter Weg 14, 35410 Hungen

Teilnehmer: Übungsleiter, mit und ohne Lizenz die in ihrem Verein Fitness- und Skigymnastik anbieten (möchten)

Lehrgangsart: Fortbildung DSV Grundstufe und Instructor (8UE)
Übungsleiter C Breitensport Erwachsene/Ältere (8UE)

Kosten: **40,-- €** für Mitglieder des Hessischen Skiverbandes
50,-- € für Nichtmitglieder

Inhalt: „Fit für die Piste“ – Konditions- und Koordinationstraining mit viel Musik und Spaß

Referent: Eckhard Deflize – Übungsleiter Turnen, Kraft- und Fitnesstraining und Skigymnastik (HTV), DSV Instructor Alpin, Indoorcyclinginstructor

Anmeldung: online, Anmeldeschluss: 02.10.2022

Die Lehrgangskosten werden nach Bestätigung Ihrer Anmeldung ca. 2 Wochen vorher von dem angegebenen Konto abgebucht. Bei Absage der Teilnahme fallen Stornokosten in Höhe von 10 EUR an.

Corona-Stornoregelung: Sollte der Lehrgang aufgrund der behördlichen Ansagen und Vorgaben nicht stattfinden, entstehen für Sie keine Stornokosten.

