

LANDES RINGER-VERBAND SACHSEN-ANHALT e.V.

Mitglied im Deutschen Ringer-Bund e. V.



Geschäftsstelle
Bernd Radschunat
Kopfweg 74
06179 Teutschenthal
☎/ Fax 034601/ 21122
☎/ Fax 0345/ 6810751

e-mail: bernd.radschunat@t-online.de

Einladung Trainerweiterbildung

Die **Anreise** erfolgt am Samstag, dem 19. November 2011 bis 10.00 Uhr in **Halle – Kreuzvorwerk 22**
Die **Abreise** wird am Sonntag, den 20. November 2011 ab 17.00 Uhr, sein.

Untergebracht werdet Ihr in der Ringerhalle – **Schlafsack mitbringen!!!**
Die Verpflegung wird abgesichert.
Für diesen Lehrgang müssen wir einen Unkostenbeitrag von 10,- € pro Teilnehmer erheben.

Folgende Sachen sind mitzubringen: **Schlafsack**

- Sportsachen
- Essbesteck, Hausschuhe/ Badelatschen, Sachen des persönlichen Bedarfs

Ich bitte um eine Teilnahmebestätigung!!!

Lehrgangsplan

Weiterbildung ÜL/ Trainer C im Ringen 5./06. November 2011

19.11. 2011	10.00 Uhr	Lehrgangseröffnung – Ziele und Inhalt der Weiterbildung / Ausbildungskonzeption des DRB Radschunat - Lehrgangsleiter –
	10.15 bis 12.00 Uhr	AM VI: Langfristiger Leistungsaufbau in der Sportart Ringen. Ziele Aufgaben, Inhalte und trainingsmethodische Anforderungen in den einzelnen Etappen.Fachsystematik und Fachterminologie im Ringen (THK 20 - 2 UE Theorie) Spfrd.: Radschunat
	12.00 bis 13.00 Uhr	Mittagessen
	13.00 bis 15.00 Uhr	Strukturgruppen und Grundtechniken im GR - Stand Spfrd.: Radschunat/ Fuchs
	15.00 bis 15.30 Uhr	Kaffeepause
	15.30 bis 17.30 Uhr	Strukturgruppen und Grundtechniken im FR - Stand Spfrd.: Radschunat/ Fuchs
	18.00 Uhr	Abendbrot
	19.00 bis 22.30 Uhr	Fahrt zum Liga-Kampf
20.11. 2011	bis 08.15 Uhr	Frühstück
	9.00 bis 10.30 Uhr	Strukturgruppen und Grundtechniken im GR - Boden Spfrd.: Radschunat/ Fuchs

	Kaffeepause
11.00 bis 13.00 Uhr	Strukturgruppen und Grundtechniken im FR - Boden Spfrd.: Radschunat/ Fuchs
13.00 Uhr	Mittag
14.00 bis 15.30 Uhr	Sportpraktische Ausbildung Lehrproben – arbeiten in Gruppen Spfrd.: Radschunat
15.45 bis 17.15 Uhr	Sportpraktische Ausbildung Lehrproben Spfrd.: Radschunat
17.30 Uhr	Lehrgangsabschluß und Hinweise für die Vorbereitung auf den nächsten Lehrgang Spfrd.: Radschunat

Referenten: Bernd Radschunat – Ausbildungsreferent/ Landestrainer

Robert Fuchs – Stützpunktrainer LLZ Halle

Mit freundlichen Grüßen

Bernd Radschunat
- Landestrainer-