



Verband für
Modernen Fünfkampf NRW e.V.



Deutscher Verband
für Modernen Fünfkampf e.V.

Einladung und Ausschreibung zur Fortbildung: **Trainingsmethoden des Kraft- und Ausdauertrainings im Studioalltag**

Termin	13.11.2021, 09.00 - 17.00 Uhr
Ort	Mettmann-sport e.V., Mettmann-sport e.V., Schwarzbachstraße 8, In der Neanderthalpassage, 40822 Mettmann
Leitung	Marcel Fontein
Veranstalter	Deutscher Verband für Modernen Fünfkampf e.V. in Kooperation mit dem Verband für Modernen Fünfkampf NRW e.V. und mettmann-sport e.V.
Gebühren	€ 75,- pro Teilnehmer für Mitglieder des Landesverbandes für Modernen Fünfkampf NRW e.V., € 85,- pro Teilnehmer für Externe. Sparkasse KölnBonn, IBAN DE73370501981933195909
Teilnehmerkreis	Trainer*innen, Übungsleiter*innen, Physiotherapeuten und Physiotherapeutinnen
Inhalte	Der Bedarf an qualifizierten Trainer*innen für Fitness- und Vereinsstudios wächst und besonders die Pandemie hat uns gezeigt, wie wichtig es ist, Training unter kompetenter Anleitung durchzuführen. Die Fortbildung vermittelt wissenschaftlich fundierte Erkenntnisse zum Kraft- und Ausdauertraining im Studioalltag, zur Anamnese und Testungen und zur Trainingsplanung sowie den entsprechenden Trainings- und Vermittlungsmethoden. Frischen Sie, Ihr notwendiges Fachwissen auf, um Ihre Mitglieder optimal bei der Erreichung Ihrer Trainingsziele zu unterstützen. - Anamnese und Leistungsdiagnostik - Methoden des Kraft- und Ausdauertrainings - Methodische Prinzipien des Sportlichen Trainings
Ziele:	- Sie führen Kraft- und Ausdauerstestungen durch arbeiten mit den Ergebnissen - Sie lernen zu entscheiden, welche Trainingsmethode Sie verwenden können - Sie lernen zu entscheiden, welche Aspekte für Ihre Trainingsplanung zielführend sind
Teilnehmerzahl	Mindestteilnehmerzahl 8, maximale Teilnehmerzahl 20
Abschluss	Zertifikat, 8 LE zur Lizenzverlängerung folgender Lizenzen ausgestellt vom Deutschen Verband für Modernen Fünfkampf e.V.: ÜL C Breitensport, ÜL B Fitnesstrainer, ÜL P HuB, ÜL P HKL



Verband für
Modernen Fünfkampf NRW e.V



Deutscher Verband
für Modernen Fünfkampf e.V.

Anmeldung

Hiermit melde ich mich auf der Grundlage der Teilnahmebedingungen und der Ausschreibung verbindlich zu der Fortbildung **Trainingsmethoden des Kraft- und Ausdauertrainings im Studioalltag auf der Trainingsfläche** am 13.11.2021 von 09.00 - 17.00 Uhr in Mettmann an.

Name:	
Vorname:	
Geburtsdatum:	
Straße und Hausnummer:	
PLZ und Ort:	
E-Mail:	
Telefon (Festnetz)	
Telefon (mobil)	
Verein:	
Studio (wenn vorhanden):	
Funktion/Tätigkeit im Verein/Studio	

Die Teilnahmebedingungen erkenne ich mit meiner Anmeldung an. Die Rechnung geht an:

Mich	
------	--

Einen Anderen (z.B. Verein, Arbeitgeber, ...)

Name:	
Straße und Hausnummer:	
PLZ und Ort:	
E-Mail:	