



Verband für
Modernen Fünfkampf NRW e.V

Sport für
Aktive Bürger Krefeld e.V.



Deutscher Verband
für Modernen Fünfkampf e.V.

Einladung und Ausschreibung zur Fortbildung: Verbesserung der Alters- und Alltagsbezogenen Koordination und Kraft

Termin	09.10.21: 09.00 - 17.00 Uhr und 10.10.2021: 09.00 - 14.00 Uhr
Ort	Sport für aktive Bürger Krefeld e.V., Moerser Str. 43, 47798 Krefeld
Leitung	Nancy Friske
Veranstalter	Deutscher Verband für Modernen Fünfkampf e.V. in Kooperation mit dem Verband für Modernen Fünfkampf NRW e.V. und Sport für aktive Bürger Krefeld e.V.
Gebühren	€ 85,- pro Teilnehmer für Mitglieder des Verbandes für Modernen Fünfkampf NRW e.V., € 95,- pro Teilnehmer für Externe. Sparkasse KölnBonn, IBAN DE73370501981933195909
Teilnehmerkreis	Übungsleiter*innen, Trainer*innen, Lehrer*innen, Erzieher*innen, Pädagoginnen und Pädagogen
Inhalte	<ul style="list-style-type: none">• Grundlagen der koordinativen Tätigkeit: Wahrnehmung, Zentrales Nervensystem, Muskulatur• Gleichgewichtsschulung / Sturzprophylaxe• Auge-Hand und Auge-Fuß-Koordination• Training der Koordination und Kraft als Grundlage für Lebensqualität im Alltag• Erhalt der Muskelkraft richtig und zielführend gestaltet• Impulse für einen bewegten Stundeneinstieg und Stundenausklang
Ziele:	Nach dieser Fortbildung weißt du einiges mehr über die theoretischen Grundlagen des zielgruppenorientierten Trainings von Koordination und Kraft im Alter. Du weißt warum das Training von Koordination und Kraft die Lebensqualität verbesserst und verfügst anschließend über einen kleinen Methodenkoffer. Das Werkzeug kannst du in deiner Sportstunde im Verein als auch privat - individuell ausprobieren und bedarfsgerecht anwenden.
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 P HuB, ÜL P HKL



Verband für
Modernen Fünfkampf NRW e.V

Sport für
Aktive Bürger Krefeld 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 **Verbesserung der Alters- und Alltagsbezogenen Koordination und Kraft** am 09.-10.10.2021 in Krefeld 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:	