

Bereich: Leichtathletik/Mehrkampf**Thema:** Hochsprung für Fortgeschrittene – Trainingsblock für Schüler A-C**Kurzbeschreibung der Inhalte:**

Immer wieder werden wir nach Fortbildungen im Bereich der Leichtathletik gefragt. Mit Christian Scholl (TV „Jahn“ Siegen/ Aicher TG) haben wir einen der besten Hochspringer unseres Turngaus gewonnen, der im Winter in einem Praxisblock seine Erfahrungen an Trainer und Übungsleiter weitergeben wird. Die Disziplinschulung richtet sich an alle Hochsprungtalente der Region, die schon über erste Erfahrungen verfügen und ihre Kenntnisse verbessern wollen. Gezeigt und gelernt werden die richtige Übungen zum Aufwärmen, Koordination und Krafttraining sowie Tricks und Kniffs beim Anlauf und Sprung.

Lehrgang-Nr.:	3		
Termin	Samstag, XX.01.2012		
Beginn / Ende	jeweils 14.00 Uhr / 17.00 Uhr		
Zielgruppe	Übungsleiter/innen, Trainer/innen, Erzieher/innen; Lehrer/innen, Sportlehrer/innen, Interessierte		
Zeit / Dauer (LE)	4LE		
Ort	Kreissporthalle, 57072 Siegen		
Leistungen / Kosten		STG-Mitglied 10,00 EUR	Externe 15,00 EUR
ohne Übernachtung/Verpflegung			
Leitung	Christian Scholl		
Lizenzverlängerung	nein		

Hinweis: Offen für alle Übungsleiter, Turner und Leichtathleten**Information bei:** Guido Müller, guido.fliege@gmx.de; 0177 4648258, 0271 4990058**Online-Anmeldung hier:** <http://www.siegerland-turngau.de/html/lehrgangsanmeldung.html>**Geschäftsstelle Siegerland Turngau:**

Hauptstraße 93, 57271 Hilchenbach-Müsen

Tel. 02733 / 691490 / E-Mail: gs@siegerland-turngau.de

 Entdecke
die Vielfalt.
Kompetenz
Qualität
125 Jahre
vor Ort
Internet: www.siegerland-turngau.de ▪ E-Mail: lua@siegerland-turngau.de

Bankverbindung : Stadtparkasse Hilchenbach (BLZ 46051875) ▪ Konto-Nr. 1002039