

Übungs- und Kursleiterfortbildung Gmünder-Sport-Spaß

Sport ist ein Erlebnisfeld - Sie kennen den Gmünder Sport-Spaß - Ja klar, sagen da Viele, denn Sie waren schon einmal als Teilnehmer/innen dabei.

Ein besonderer Pluspunkt im gesamten Programm ist ohne Zweifel die regelmäßige, jährliche Aus- und Fortbildung für die eingesetzten Kursleiter/innen, ohne deren Qualifikation das hohe Niveau des Sport-Spaß-Programms nicht gewährleistet werden kann.

In diesem Jahr steht ein sehr aktuelles Thema im Focus - **TRAINING – Alleine und Miteinander**. Damit wird die Fortbildungsreihe am **10. Oktober 2020 in der Großen Sporthalle in Schwäbisch Gmünd** fortgesetzt. Sport ist sicherlich ein ganz individuelles Bewegungs- und ein Begegnungsfeld im Leben eines Menschen und kann von jedem selbst im aktiven Tun alleine erlebt und bestimmt werden. Doch im Miteinander einer Gruppe, in einem Sport-Spaß-Kurs, in einem Verein, einer Gemeinschaft habe andere Kriterien ihre Gültigkeit. Dies in Theorie und Praxis aufzuzeigen und zu vergleichen haben sich namhafte Referenten vorgenommen. So ist es gelungen, in diesem Jahr eine Reihe von großartigen Experten zu gewinnen, die die besonderen Bezüge der verschiedensten Trainingsinhalte und Trainingsmethoden darstellen.

Übungs- und Kursleiterfortbildung Gmünder-Sport-Spaß

Samstag, 10. Oktober 2020, Große Sporthalle Schwäbisch Gmünd, Katharinenstraße

Thema	TRAINING – Alleine und Miteinander
9.00 Uhr	Begrüßung (Stadt, Stadtverband, BARMER)
9.15 Uhr	Einführung in das Tagesprogramm Zur Trainingslehre – Alleine und/oder Miteinander - Impulse zur Trainingsgestaltung
10.00 Uhr	Theorie/Referat Einführung - Nordic Walking - Grundlagen der Technik für Anfänger und Fortgeschrittene - Prinzipien zum Aufbau einer Walking/Nordic Walking-Gruppe
10.30 Uhr	Praxis - Nordic Walking in zwei Gruppen
12.00 Uhr	Mittagessen
13.00 Uhr	Praxis - Belastungsformen - Alleine und Miteinander im Bereich der Kräftigung und Koordination
14.30 Uhr	Praxis - Entspannung für Körper und Geist
15.30 Uhr	Abschlussdiskussion und Zusammenfassung mit den Teilnehmern und Referenten

Bitte bringen Sie eine bequeme Unterlage für den gymnastischen Teil, und gegeben falls Walkingstöcke, für die Praxis, mit. (Zur Information: Geeignete Walkingstöcke stehen in begrenzter Anzahl leihweise auch für den Gebrauch zur Verfügung). Mit einer sinnvollen Trainingskleidung für die Halle und für die Praxis im Freien sind Sie gut ausgestattet.

Anmeldung: Beim Amt für Bildung und Sport, Claudia Wagner, Telefon: 07171 / 603-4013, claudia.wagner@schwaebisch-gmuend.de

Teilnahmegebühr: 25.-€

Für die Übungsleiter des Gmünder Sport-Spaß ist die Fortbildung wie immer kostenfrei.

Referenten:

Dagmar Bürkle

Leiterin der Schule für Physiotherapie in Schwäbisch Gmünd/Mutlangen, Sport- und Gymnastik-Lehrerin, staatlich anerkannte Physiotherapeutin, Pädagogische Ausbildung zum Lehrer in Gesundheitsberufen, ehemalige Bundesligaspielerin im Volleyball.

Hanni Grünauer

Übungsleiter B Prävention mit den Profilen Haltung/Bewegung und Entspannung, Übungsleiter C Aerobic, DTB-Rückentrainer, Kursleiterin für Workout&Stretch, Beckenboden, Entspannungstechniken/Stressabbau und für Kindertanz, Instructor „LaGym-Dance-Fitness“

Carsten Paetzold

Diplom Sportökonom, (Nordic) Walking-Lehrer (am Deutschen Walking Institut und am Institut für Sport und Rehabilitation) Referent an der ISR Gesundheitsakademie, Lehrbeauftragter bei Fortbildungen im Gesundheitssportbereich, Buchautor: „Nordic Walking – ein Gesundheitssport?“

Philipp Kränzle

Sportwissenschaftler, Lehrreferent und (Nordic) Walking-Lehrer an der ISR-Gesundheitsakademie

Fred Eberle - Pädagoge, Dozent a.D. am Pädagogischen Fachseminar, Trainer, Lehrbeauftragter an der Fachschule für Physiotherapie und der Bildungsakademie St. Loreto