

Turnkreis Friesland

Reinhard Milter
KFW Gerätturnen m/w
KFW Kampfrichterwesen GT
Dettmar-Coldewey-Straße 4
26419 Schortens
Tel./ Fax: 04423 - 91 51 36
E-Mail: RMilter@t-online.de



NTB 
NIEDERSÄCHSISCHER TURNER-BUND



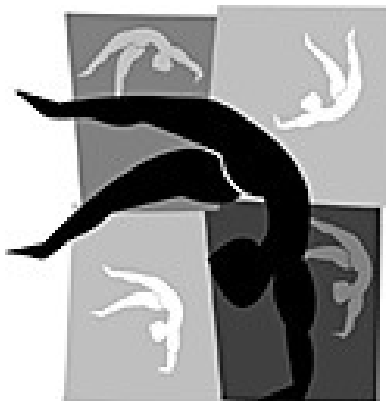
Reinhard Milter · Dettmar-Coldewey-Str. 4 · 26419 Schortens

26.09. 2011

**An alle
Übungsleiter Innen /Trainer Innen im Turnkreis Friesland
Übungsleiter Innen /Trainer Innen aus anderen Turnkreisen (zu informieren über die
Kreisfachwarte / innen)**

Lehrgangsausschreibung

„Gerätturnen weiblich“



**am Sonntag, den 16. Oktober 2011
Turnhalle TuS Oestringen
Zum Huntsteert 1, 26419 Schortens**



**Thema: „technikorientiertes Aufwärm-/ Dehn- und Krafttraining
im weiblichen Leistungsturnen“**

Postanschrift 1. Vorsitzende:

Andrea Heyna • Erich-Heckel-Straße 12 • 26316 Varel
Telefon: (04451) 8 25 74 •Telefax: (04451) 96 92 98
E-Mail: heyna.turnkreis-friesland@t-online.de

Bankverbindung:

Konto: Volksbank Jever e.G.
BLZ 282 622 54 • Kto.-Nr.: 502 635 700 8
Internet: www.turnkreis-friesland.de

- Inhalt:** Die Ausführung leistungsturnerischer Bewegungen ist eng verbunden mit der Entwicklung und Ausprägung bestimmter körperlicher Fähigkeiten, besonders der (Schnell-)Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit. Es ist Hauptaufgabe des/der Trainers/in, diese konditionellen Fähigkeiten vielseitig und umfassend zu trainieren, um die notwendigen Voraussetzungen für die turntechnische Ausbildung zu schaffen. Der Lehrgang bietet Aspekte eines vielseitigen athletischen Grundlagentrainings.
- Beginn:** 10:00 Uhr
- Ende:** ca 13:00 Uhr
- Referentin:** Iris Buttkus, Trainerin Landesleistungszentrum Kunstturnen, Detmold
- Leitung:** Reinhard Milter, Kreisfachwart GT TK Friesland
- Teilnehmer:** Eingeladen sind alle interessierten Trainer/innen, Übungsleiter/innen und Helfer/innen aus den Vereinen des Turnkreises Friesland und anderen Turnkreisen des Turnbezirkes. Das Mitbringen von Turnerinnen (mit entsprechenden Leistungsvoraussetzungen) ist ausdrücklich erwünscht. Turnerinnen sind keine Lehrgangsteilnehmerinnen und von der Lehrgangsgebühr befreit.
- Anerkennung:** 3 LE zur Verlängerung ÜL-Lizenz Stufe 1
- Kosten:** 5,- € pro Lehrgangsteilnehmer / in, beim Lehrgangsleiter bar zu bezahlen.
- Fahrtkosten:** Können leider nicht mehr erstattet werden.
- Meldeverfahren:** Meldet bitte eure TeilnehmerInnen mit Namen, Anschrift und Email-Adresse an :
Reinhard Milter
Dettmar-Coldewey-Str.4
26419 Schortens
Tel: 04423 915136
Email: Rmilter@t-online.de

!!! Meldeschluss ist der 10. Oktober 2011 !!!

Getränke und Verpflegung bitte mitbringen.

mit Turnergruß

Reinhard Milter