



Fortbildung für Übungsleiter, Trainer und sportlich Interessierte

**„Brainfit“, Koordinatives Krafttraining. Sensomotorisches Training**

Egal ob ihr euch als Trainer/Übungsleiter im Breiten- und Gesundheitssport oder im Leistungssport bewegt, ihr die Aerobic-Gruppe, den Bauch-Beine-Po-Kurs leitet, in der Leichtathletik oder im Mannschaftssport aktiv seid. In dieser Fortbildung ist für Jeden etwas dabei. In drei Modulen bieten wir euch einen Mix aus aktuellen Themen, mit denen ihr euren Trainingsinhalt individuell ergänzen, anpassen und auflockern könnt.

- Lehrgangsnummer:** FB ÜL C 3
- Termin:** 09./10.10.2020
- Ort:** Sporthalle BSZ Oelsnitz – Haus 10 (Badstraße 4, 09376 Oelsnitz – Anfahrt über „Hinterm Hedwigschacht“ und „Gersdorfer Fußweg“)
- Themen:**
- Modul 1** (Freitag, 09.10.2020 – 17.00-21.00 Uhr)
    - Denken und Bewegen = Brainfit**
    - Praxisschulung/ Technikmerkmale im Krafttraining**
  - Modul 2** (Samstag, 10.10.2020 – 09.00-12.30 Uhr)
    - Sensomotorisches Training**
    - Koordinatives Krafttraining im Grundlagentraining inklusive Videoanalyse**
  - Modul 3** (Samstag, 10.10.2020 – 13.00-17.00 Uhr)
    - Anregungen zu Variationen & Intensitätswechsel als Trainingsmittel inklusive Videoanalyse**
- Referent:** Ronny Wermuth (M.A. Sportwissenschaft)
- Kosten:** 45,00 € für Teilnehmer aus Mitgliedsvereinen des KSB Erzgebirge e.V.  
90,00 € für alle anderen Teilnehmer  
inkl. Lehrgangsunterlagen und Mittagsverpflegung (samstags)
- Organisation:** Kreissportbund Erzgebirge e.V.

**Anmeldung:** bis spätestens **02.10.2020**

per Post: Kreissportbund Erzgebirge e.V.  
z.Hd. Marcus Gundermann  
Adam-Ries-Str. 16  
09456 Annaberg-Buchholz

per Mail: [m.gundermann@ksberzgebirge.de](mailto:m.gundermann@ksberzgebirge.de)

per Fax: 03733/145 439

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich schriftlich mittels Formular oder online unter <https://www.ksberzgebirge.de/aus-fortbildung/termine-ksb/fortbildungen-fuer-uebungsleitertrainer/>. Nur vollständig ausgefüllte und termingerechte Anmeldungen können berücksichtigt werden. Nach Eingang der Meldung erhält jeder Teilnehmer eine Anmeldebestätigung. Die Entrichtung der Lehrgangsgebühr erfolgt nach Rechnungslegung per Überweisung durch den Teilnehmer oder den zuständigen Verein an den Kreissportbund Erzgebirge e.V.

#### **Datenschutzhinweis**

Die mit der Anmeldung erhobenen persönlichen Daten der Teilnehmer dienen der Organisation und Abwicklung der Bildungsveranstaltung. Der Kreissportbund Erzgebirge e.V. verpflichtet sich persönliche Daten nicht an Dritte weiterzugeben, mit Ausnahme der eventuellen Weitergabe an andere Sportverbände zum Zwecke ggf. notwendiger Lizenzierungsvorgänge.

Bei unentschuldigtem Fernbleiben vom Lehrgang (d.h., ohne Vorlage eines gültigen Krankenscheines o.ä.) ist eine Rückerstattung der Lehrgangsgebühr nicht möglich.

Die **Teilnehmerzahl** beträgt **min. 12** bzw. **max. 25** Personen.

(Der Organisator kann wegen mangelnder Beteiligung, Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl oder durch Ausfall des Referenten die Fortbildung vor Beginn streichen. Die Gebühren werden entsprechend erstattet.) Änderungen vorbehalten.

## Anmeldeformular für Lehrgänge zur Aus- und Fortbildung



Lehrgangsbezeichnung:

Lehrgangsnummer:

Name, Vorname:

Geburtsdatum:

Anschrift:

Telefon:

E-Mail:

Verein/Vereinsnummer: \_\_\_\_\_ / 440-

Sportart:

Zielgruppe:                      Kinder/Jugendliche                      Erwachsene/Ältere

Rechnung an:                      privat                      an Verein                      #

# Vereinsanschrift:

Bemerkungen:

### Angaben zur Verpflegung bei Tages-/Wochenendveranstaltungen:

Lebensmittelallergien:

Vegetarier:                      ja  / nein

Hiermit melde ich mich **verbindlich** für den o.g. Lehrgang an. Mit meiner Unterschrift akzeptiere ich die Teilnahmebedingungen und bin damit einverstanden, dass meine Angaben in der Teilnehmerliste erscheinen.

Ort, Datum

Unterschrift **Teilnehmer/Sorgeberechtigte(r)**

Ort, Datum

Stempel/Unterschrift **Verein**