

Feuerwehrsport Seminare 2012



56626 Andernach, Orensteinstr. 10

Anmeldungen: 02632 960-315
 Fax 02632 960-311
 e-mail: s.klose@ukrlp.de
 Internet: www.ukrlp.de

Die Seminare sind für die Angehörigen der Freiwilligen Feuerwehren kostenfrei.
 Reise- und Verpflegungskosten werden von der Unfallkasse Rheinland-Pfalz übernommen.

Referenten: Dipl.-Sportwissenschaftlerin Jördis Gluch, Dipl.-Sportwissenschaftlerin Heike Stanowski, Dipl.-Sportlehrer Andreas Kosel

<p>– Gemeinsam statt einsam – Feuerwehrspezifische Übungen</p> <p>Zielgruppe: Ausbilderinnen und Ausbilder für den Feuerwehrsport</p> <p>Seminarthemen: ♦ Übungsbeispiele zur Schulung der koordinativen Fähigkeiten wie: der Gleichgewichtsfähigkeit, der Orientierungsfähigkeit, der Reaktionsfähigkeit ♦ Elemente aus der Erlebnispädagogik ♦ Bewegungskoordination !</p>	<p>Termin: Seminar-Nr.: Seminarort: Anmelde- schluss:</p>	<p>17.03.2012 2.2.1 Andernach 17.02.2012</p>
<p>– Hör auf dein Herz – Ausdauerschulung</p> <p>Zielgruppe: Ausbilder und Multiplikatoren für den Feuerwehrsport</p> <p>Seminarthemen: ♦ Praxisbeispiele aus dem Bereich der Ausdauerschulung ♦ Trainingsprogramme für Laufeinsteiger und Fortgeschrittene ♦ Kleine Lauf- und Fangspiele ♦ Trainingslehre –Trainingsplanung - Trainingsmethoden ♦ Formen des Lauftrainings</p>	<p>Termin: Seminar-Nr.: Seminarort: Anmelde- schluss:</p>	<p>16.06.2012 2.4.1 Rüdesheim (bei Bad Kreuznach) 16.05.2012</p>
<p>– Auf die Verpackung kommt es an – Funktions- und Konditionsgymnastik</p> <p>Zielgruppe: Ausbilderinnen und Ausbilder für den Feuerwehrsport</p> <p>Seminarthemen: ♦ Dehnungs- und Kräftigungsübungen ♦ Spielerische Kräftigung ♦ Partnerübungen ♦ Zirkel-/Stationstraining ♦ Krafttraining – Grundlagen, Methoden, Übungen</p>	<p>Termin: Seminar-Nr.: Seminarort: Anmelde- schluss:</p>	<p>08.09.2012 2.3.1 Rüdesheim (bei Bad Kreuznach) 08.08.2012</p>
<p>– Feuerwehrsport-Coach – Erfahrungsaustausch</p> <p>Zielgruppe: Feuerwehrangehörige, die die Ausbildung zum Feuerwehrsport-Coach absolviert haben</p> <p>Seminarthemen: ♦ Reflexion der Coach-Ausbildung ♦ Berichte aus den Feuerwehrsportgruppen ♦ Unfallschwerpunkte beim Feuerwehrsport ♦ Praxisbeispiele aus den Bereichen Koordination, Kraft, Ausdauer und Spiele</p>	<p>Termine: Seminar-Nr.: Seminarort: Anmelde- schluss:</p>	<p>19.-20.10.2012 2.5.1 Andernach 19.09.2012</p>