

Einladung zur Breitensport-Schulung

Sonntag, den 15. Oktober 2023

Datum und Uhrzeit

Datum: Sonntag, den 15. Oktober 2023
Beginn: 11:00 Uhr, vsl. 4 - 5 Stunden

Alle teilnehmenden Paare müssen spätestens 10:45 Uhr umgezogen in der Sporthalle erscheinen. Sportkleidung und -Schuhe ausreichend; Getränke und Essen für zwischendurch sind mitzubringen.

Ort

Gebäude: Körschtalhalle, Ostfildern - Scharnhausen
Strasse: Körschtalstraße 32
PLZ / Ort: D – 73760 Ostfildern

Max. Anzahl

Max. Anzahl an Teilnehmer: offen

Trainingsinhalte

Nach einem gemeinsamen Aufwärme wird die Schulung in zwei Blöcke aufgeteilt. Vormittags geht es um die generelles Grundlagentraining in verschiedenen Bereichen. Am Nachmittag wird der Schwerpunkt auf <Schwerpunkt> liegen.

Die Schulung richtet sich an Breitensport und Turniertänzer. In Abhängigkeit der Anmeldungen und der Teilnehmer werden die Stationen unter Umständen kurzfristig angepasst. Weitere Inhalte/ Informationen werden ggf. kurzfristig den Teilnehmern oder ggf. den Trainern/ Vereinen mitgeteilt. Der Workshop endet mit einem gemeinsamen Cool Down.

Trainer

Philipp Reinauer, Ranjana Böhm und evtl. weitere Trainer (werden ggf. noch bekannt gegeben)

Anmeldung und Kosten

Anmeldung per E-Mail an Uli Rüdt (breitensport@bwrrv.de) unter Angabe von Namen sowie Verein.

Anmeldefrist: 03.10.2023

Kosten pro Teilnehmer: 10,- €.

Bezahlung vorab per Überweisung auf das Konto des BWRRV (IBAN: DE16 6115 0020 0101 4006 40, BIC: ESSLDE66XXX, Kreissparkasse Esslingen) unter Verwendungszweck "Schulung Kondition / Koordination" und Vereinsname.