

Information für Versicherte der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft VBG

Akademie für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz

Ausschreibung VBG-Sportmedizin Seminare BADMINTON, Aufbau Seminare 2012
Sportmedizinischer Seminardienst Hermann Lehnen, www.SMD-Lehnen.de

DBV A-Trainer und Badminton-Lehrbeauftragter gegenüber der VBG
Hans Werner Niesner, Theodor-Heuss-Straße 72, 38444 Wolfsburg, Fon: 05361-25601,
Mobile: 0171-7709078, E-Mail: office@badminton-niesner.de, [http:// www.badminton-niesner.de](http://www.badminton-niesner.de)

Einmalige Anerkennung als Lizenzverlängerungen für C-Trainer und Fachübungsleiter/-trainer.
Von W. Beckord (DBV-AfA) seit 01.12.2003 einmalig 10 UE für die B-Lizenzverlängerung!
Weitere 5 leistungssportlich orientierte UE müssen B-Trainer bei Ihren LV zusätzlich belegen!

18.-19. Februar 2012 Schloß Storkau/Stendal XMB SN 1201 Meldeschluss: Mo, 31.10.2011!!!

21.-22. April 2012, Schloss Storkau/Stendal XMB SN 1205 Meldeschluss: Mo, 16. Januar 2012

29.-30. September 2012 in Schloss Lautrach XMB SS 2102 Meldeschluss: Mo, 16.07.2012

- Dozenten:** 1 Sportwissenschaftler
und DBV A-Trainer Hans Werner NIESNER, Wolfsburg
- Inhalte:**
- Samstag ab 08.30 Uhr** (10 UE) **Vertiefung** aus XMB Grundseminar (Pechregel, Rettungskette etc.)
Muskulatur (Aufbau, Funktionen, Muskelspannung und – Kater)
Wirbelsäule (Statik, Aufbau, Dysbalancen, Verkürzungen,
Abschwächungen und deren Bekämpfung in Theorie und Praxis)
Kondition (insbes. Beweglichkeit mit Vertiefung aller Dehntechniken)
Theraband, Stability Bar etc. (gem. Poste/Busch Kader-Ausbildung
in Theorie und Praxis)
- Sonntag ab 08.30 Uhr** (5 UE) **Äußere Einflüsse** auf den Sportler (alle betr. Materialien + Hallenböden)
Mentales Training in Theorie und Praxis
Progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen, **Atementspannung** nach
Lindemann, **Autogenes Training** mit praktischen Übungen
- Anreise:** Freitag zum Abendessen, bis 20.30 Uhr, Zimmer beziehen
Veranstaltungsbeginn: Samstag 08.30 Uhr
Veranstaltungsende: Sonntag 12.45 Uhr, Abreise nach anschließendem Mittagessen
Die TeilnehmerInnen verpflichten sich am gesamten Seminar aktiv teilzunehmen!

**Die TN (ausschließlich für TeilnehmerInnen, die bereits das GRUNDSEMINAR Sportmedizin
BADMINTON besucht haben) haben sich bei mir, H. W. Niesner, schriftlich/per E-Mail über
Ihren Hauptverein mit folgenden Angaben anzumelden:**

- komplette eigene Anschrift mit Fon- und E-Mailadresse und Geburtsdatum
- komplette offizielle Anschrift des Hauptvereins (nicht Badminton-Abteilung!)
- VBG-Mitgliedsnummer des Vereins

Die TN (max. 18) erhalten, nach Zulassung, vom VBG-Büro die Einladung über den VEREIN!

Für die TN werden Seminar-, Aufenthalts-, Verpflegungs- + Fahrtkosten von der VBG getragen.
Keine Eigenbeteiligung, da die VBG gesetzlicher Arbeits-Unfall-Pflichtversicherer im Sport ist!
Yonex AS-20 Naturfederbälle für den Praxisteil werden vom Veranstalter kostenfrei gestellt!