



Hans Werner Niesner

DBV A-Trainer, Staatlich geprüfter Trainer des ÖBV

Ehemaliger Österreicher. & Deutscher Bundestrainer

Theodor-Heuss-Straße 72, 21/7, 38444 Wolfsburg

Fon: 05361-25601 (AB), Mobile: 0171-7709078

E-mail: office@badminton-niesner.de

Http://www.badminton-niesner.de

SPM-Badminton-Aufbau-2010

14.09.2009

Badminton Lehrbeauftragter für die Neuen Bundesländer und die Norddeutschen LV gegenüber der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft VBG

Liebe KollegInnen und MitarbeiterInnen der LV-GST, liebe Lehrwarte und DBV AfA-W. Beckord, **hier die Einladung zur Badminton Trainer Fortbildung, ausschließlich für TeilnehmerInnen, die bereits das Grundseminar Sportmedizin BADMINTON besucht haben!**

VBG Sportmedizin Badminton-Aufbauseminar (nur für Absolventen des Grundseminars) mit 17 UE als Fortbildung für Badminton Trainer in 2010

Einmalige Anerkennung als Lizenzverlängerungen für C-Trainer und Fachübungsleiter/-trainer. Von W. Beckord (DBV-AfA) wurde am 01.12.2003 entschieden, dass hiervon einmalig 10 UE für die B-Lizenzverlängerung anerkannt werden!

Weitere 5 leistungssportlich orientierte UE müssen B-Trainer bei Ihren LV zusätzlich belegen! **19.-21.Februar 2010 in Dresden XMB SO 1001 Meldeschluss: Mo, 23. November 2009!!!**

16.-18. April 2010, Schloss Storkau/Stendal XMB SN 1003 Meldeschl: Mo, 18. Januar 2010

Dozenten: Sportwissenschaftler Frank HENSELER (Uni Bochum)
DBV A-Trainer Hans Werner NIESNER, Wolfsburg

Inhalte Freitag: (3 UE) Vertiefung aus SPM Grundseminar (Pechregel, Rettungskette etc.)

Samstag: (10 UE) MUSKULATUR (Aufbau, Funktionen, Muskelspannung und –Kater)
WIRBELSÄULE (Statik und Aufbau, Dysbalancen, Verkürzungen, Abschwächungen und deren Bekämpfung in Theorie und Praxis)
KONDITION (insbes. Beweglichkeit mit Vertiefung DEHNEN (alle Techniken)
Theraband, STABILITY BAR und MFT-Geräte (gemäß Poste/Busch-Kader-Ausbildung in Theorie und Praxis)

Sonntag: (4 UE) Äußere Einflüsse auf den Sportler (alle betr. Materialien inkl. Hallenböden)
MENTALES TRAINING in Theorie und Praxis in und praktische Anwendung
PROGRESSIVE MUSKELRELAKTION nach Jakobsen, ATEMENTSPANNUNG nach Lindemann, AUTOGENES TRAINING, weitere praktische Übungen

Veranstaltungsbeginn: Freitag, Anreise bis ca. 18.30 Uhr (Abendessen, Zimmer beziehen),
Seminarbeginn: 20.00 Uhr

Veranstaltungsende: Sonntag, Abreise nach 13.00 Uhr, nach dem Mittagessen

Die TeilnehmerInnen verpflichten sich am gesamten Seminar aktiv teilzunehmen!

■ **Die TN haben sich bei mir schriftlich/E-Mail über Ihren Hauptverein mit folgenden Angaben bei mir anzumelden mit:**

Kompletter eigener Anschrift mit Fon/Fax-Nr. , E-Mailadresse und Geburtsdatum

Angabe der VBG-Mitgliedsnummer ihres Hauptvereins/Verbandes, sowie dessen kompletter offizieller Anschrift (häufig die des 1. Vorsitzenden)

Die TN (max. 18) erhalten, nach Zulassung vom VBG-Büro und von mir eine Einladung.

Für die TN werden Seminar-, Aufenthalts-, Verpflegungs-+Fahrtkosten von der VBG getragen.

Keine Eigenbeteiligung der TN, da die VBG gesetzlicher Pflichtversicherer ist!

YONEX AS-20 Naturfederbälle für den Praxisteil werden vom Veranstalter kostenfrei gestellt!

Mit der Bitte um Weiterleitung und Veröffentlichung in Euren Bereich grüßt Euch

Euer Hans Werner Niesner