



Ausschreibung Modul Konditionstraining

2016

In diesem Dokument wird der Einfachheit halber bei der Bezeichnung von Personen und Funktionen jeweils die männliche Form verwendet. Die weibliche Form ist selbstverständlich immer mit eingeschlossen.

Ausbildung
Biel, 21.12.2015 / is

Zielgruppe

Dieses Modul richtet sich sowohl an alle J+S-Leiter Tennis sowie an jene, welche es als Wahlmodul zum Abschluss der J+S-Weiterbildung 1 besuchen wollen. Zudem wird die J+S-Anerkennung um zwei Jahre verlängert. Der Besuch dieses Moduls verleiht den Zusatz „Physis“ der Anerkennung J+S-Leiter. Sie erhalten Informationen über Fach- und Methodenkenntnisse. Mit dem Besuch dieses Kurses wird es Ihnen leichter fallen, spezifisches Konditionstraining in den normalen Tennisunterricht einzuplanen.

Zulassung

Swiss Tennis entscheidet aufgrund der Anmeldeunterlagen und der Reihenfolge des Eingangs über die Zulassung.

Voraussetzungen

- Mindestalter 20 Jahre (Jahrgang)
- mind. J+S-Grundkurs

Inhalte

- Generelles Konditionstraining: insbesondere Schnelligkeit, Koordination, Ausdauer
- Orientiertes Konditionstraining: insbesondere Schnelligkeit, Koordination, Ausdauer
- Prophylaxentraining: Krafttraining für Kinder und Jugendliche mit dem eigenen Körpergewicht
- Planung des Konditionstrainings

Dauer

Zwei Tage

Dokumentation

Die Teilnehmer erhalten eine Kursdokumentation

Unterrichtssprachen

Deutsch und Französisch

Durchführung

Ab acht Teilnehmenden, max. 24 Teilnehmende

Anmeldung / Kursorganisation

Stabstelle Ausbildung
Roger-Federer-Allee 1
Postfach
2501 Biel

Tel.: 032 344 07 46

E-Mail: ausbildung@swisstennis.ch

Anmeldung: www.swisstennis.ch/play-tennis/ausbildung/kursplan

Kurskosten

CHF 300.00 inkl. Mittagessen (Swiss Tennis übernimmt keine Reise- und Unterkunftskosten)

Wichtig

Das Modul Konditionstraining ist ein sportartübergreifendes Modul (Wahlmodul) auf der J+S-Stufe Weiterbildung 1. Es kann aber auch von höher ausgebildeten Personen zur Erfüllung der Fortbildungspflicht besucht werden.

http://www.jugendundsport.ch/internet/js/de/home/tennis/sportartenebergreifende_module.html

Der vollständige Besuch des Moduls Konditionstraining verleiht auf dem J+S Leitterausweis den Annerkennungszusatz „Physis“. Die Anerkennung Leiter Konditionsleiter wird nicht mehr vergeben.

Bemerkung

Gilt als Fortbildung für:

- J+S-Leiter Jugendsport
- dipl. Tennislehrer Swiss Tennis
- Trainer C Swiss Tennis

Zahlungsmodalitäten

Die Kurskosten werden mit dem Kursaufgebot in Rechnung gestellt.

Die Bezahlung der Rechnung berechtigt zur Kursteilnahme.

Weitere Informationen

Internet unter <https://www.swisstennis.ch/kurse-js-module>

- Online-Anmeldung / Anmeldeformular
- Definitive Kursdaten und Infos