

Zeitplan - Trainerassistentenausbildung 2023

Samstag, 06.05.2023

Zeit	Thema	Referent*in
8.00 – 8.45	Organisatorisches	Corinna Zoltner
8.45 – 9.30	Aufwärmen 15 Min. Pause	Petra Silberbauer
9.45 – 10.30	Funktionelle Gymnastik	Petra Silberbauer
10.30 – 11.15	Funktionelle Gymnastik 1:15 Std. Mittagspause	Petra Silberbauer
12.30 – 13.15	Spezielle Erwärmung im Gerätturnen	Corinna Zoltner
13.15 – 14.00	Sprung 15 Min. Pause	Alina Kallinger
14.15 – 15.00	Balken	Alina Kallinger
15.00 – 15.45	Balken 15 Min. Pause	Alina Kallinger
16.00 – 16.45	Koordinative Grundlagen	Corinna Zoltner

Sonntag, 07.05.2023

Zeit	Thema	Referent*in
8.00 – 8.45	Grundformen der gymnastischen Bewegung	Sabine Sickinger-Menzel
8.45 – 9.30	Grundformen der gymnastischen Bewegung 15 Min. Pause	Sabine Sickinger-Menzel
9.45 – 10.30	Tanzformen	Sabine Sickinger-Menzel
10.30 – 11.15	Tanzformen	Sabine Sickinger-Menzel
11.15 – 12.00	Gymnastik mit dem (alternativen) Handgerät 1 Std. Mittagspause	Sabine Sickinger-Menzel
13.00 – 13.45	Besprechung Hausarbeiten	Corinna Zoltner
13.45 – 14.30	Besprechung Hausarbeiten	Corinna Zoltner

Programmänderungen sind möglich!

Stand: 07.02.2023

Zeitplan - Trainerassistentenausbildung 2023

Samstag, 13.05.2023

Zeit	Thema	Referent*in
8.00 – 8.45	Krafttraining im Gerätturnen	Corinna Zoltner
8.45 – 9.30	Reck/Barren	Nicole Polifka
9.30 – 10.15	Reck/Barren 15 Min. Pause	Nicole Polifka
10.30 -11.15	Boden	Nicole Polifka
11.15 -12.00	Boden 1 Std. Mittagspause	Nicole Polifka
13.00 – 13.45	Konditionelle Grundlagen	Petra Silberbauer
13.45 – 14.30	Konditionelle Grundlagen 15 Min. Pause	Petra Silberbauer
14.45 – 15.30	Aerobic	Petra Silberbauer
15.30 – 16.15	Abwärmen	Petra Silberbauer

Sonntag, 14.05.2023

Zeit	Thema	Referent*in
8.00 – 8.45	Zusatzmodul: Erste Hilfe bei Kindern/Jugendlichen	Pierre Pötzl
8.45 – 9.30	Zusatzmodul: Erste Hilfe bei Kindern/Jugendlichen 15 Min. Pause	Pierre Pötzl
9.45 – 10.30	Sportorganisation	Herbert Mim
10.30 – 11.15	Sportrecht	Herbert Mim
11.15 – 12.00	Pädagogik und Kommunikation 1 Std. Mittagspause	Herbert Mim
13.00 – 13.45	Allgemeine Stundenplanung	Herbert Mim
13.45 – 14.30	Kleine Spiele	Corinna Zoltner
14.30 – 15.15	Kleine Spiele	Corinna Zoltner
15.15 – 16.00	Vergabe der Ausweise	Corinna Zoltner

Programmänderungen sind möglich!

Stand: 07.02.2023