

Einladung zum neuen Rad-Aktiv-Seminar

Astrid Förderler, die bereits im März ein Rad-Aktiv-Seminar in Malente durchführte, hat einen neuen Seminar-Partner gefunden. Und das ist kein Geringerer als unser Landestrainer Frank Kurbel. Im ersten Seminar der Beiden, das vom 28.-30.09. in Malente statt findet, geht es um ein Steckenpferd von Frank - das Fahren und Trainieren in der Gruppe. Den Teilnehmern wird das Gruppenfahren beigebracht. Die ganze Ausschreibung findet ihr hier.

Einladung zum Rad-Aktiv-Seminar vom 28. bis 30. September 2007 in Malente

Mit Landestrainer Frank Kurbel und Sporttherapeutin Astrid Förderler sowie aktiven Kaderfahren des Landesverbandes S-H



„Trainieren wie die Profis“!!

Fahrtechnik, Gruppenverhalten, Beweglichkeits- und Muskeltraining. Permanente Betreuung durch o.a. Ausbilder sowie Begleitung bei Ausfahrten mit „Profibegleitwagen. Mit praktischen Übungen auf der Straße und in der Halle sowie Theorie-Einheiten (Praxis = 70% / Theorie = 30% von der Trainingslehre bis zur Stundengestaltung) wollen wir mit diesem Rad-Aktiv-Seminar den Sommer ausklingen lassen - denn nach der Saison ist vor der Saison. Das Wochenendseminar wendet sich vorrangig an Radsport-Trainer und interessierte Radsportler, die ihre Technik und ihr Wissen verbessern und außerdem zusammen Spaß haben wollen. Mit max. 25 Teilnehmern können wir dabei gut auf individuelle Wünsche eingehen.

8 Unterrichtseinheiten werden zur Lizenzverlängerung anerkannt.

„Jeder Teilnehmer beherrscht nach dem Lehrgang das richtige Rennradfahren/Training in der Gruppe... Leider beherrschen es in S-H 99% der Rennradfahrer nicht“! Zitat F.Kurbel

Beginn/Anreise: Freitag 28.09.07 bis 17.00Uhr

Abschluss: Sonntag 30.09.07 ca. 13.00 Uhr (nach dem Mittagessen)

Der genaue Ablaufplan wird nach verbindlicher Anmeldung **und der Anzahlung von 80 €**, jedoch spätestens zum Lehrgangsbeginn, bekannt gegeben. Die Anzahlung wird überwiesen auf das Konto 14000376 des Radsportverbandes Schleswig-Holstein bei der Sparkasse Holstein BLZ 213 522 40

Ort: Bildungszentrum des Landessportverbandes, Eutiner Straße 45, Bad Malente

Kosten: **139 €** inklusive Vollverpflegung und zwei Übernachtungen!!

(Der Lehrgang wird von den meisten Vereinen finanziell unterstützt bzw. ganz gezahlt > bitte eigenständige Anfrage)

Anmeldung und weitere Informationen:
frank.kurbel@radsport-sh.de oder af-sportmassage@gmx.de

MELDESCHLUSS 10.09.2007 !!!