

## WLV Fortbildung Freizeit-, Lauf-, Gesundheitssport: „Konditionstraining ist nicht nur Dauerlauf“

Fortbildung für zertifizierte, bzw. lizenzierte Lauf-/Walking-BetreuerInnen oder TrainerInnen, die ihre Kenntnisse zum Ausdauertraining verbessern möchten.

- Termin:** 24. Oktober 2020, 9.00 – 17.00 Uhr
- Lehrgangsort:** n.n. (Adresse)
- Inhalte:** Was bedeutet „Kondition“  
Die allgemeine aerobe Ausdauer und ihre Trainingsformen  
Anaerobes Ausdauertraining  
Schnelligkeitstraining  
Beweglichkeitstraining  
Allgemeine Kräftigung der Muskulatur
- Referenten:** WLV Lehrteam Freizeit-, Lauf-, Gesundheitssport
- Kosten:** **40,00 €** (ohne Verpflegung) für BLV-/WLV-Mitgliedsvereine  
*Für Teilnehmer aus Nicht-Mitgliedsvereinen des BLV/WLV gelten abweichende Gebühren*
- Anmerkungen:**
- ▶ Die Teilnehmerzahl ist auf 20 begrenzt. Ausschlaggebend ist der Zeitpunkt der Online-Anmeldung.
  - ▶ Es werden automatisch generierte Anmeldebestätigungen verschickt, sobald Ihre Anmeldung vollständig vorliegt und in unserem System eingetragen ist. Bitte ggf. Spamordner kontrollieren.
  - ▶ Weitere Informationen erhalten Sie zwei Wochen vor der Fortbildung per Email.

8 LE zur Lizenzverlängerung der Trainer C Lizenz Breitensport sowie aller WLV-Zertifikate

### Anmeldung:

Online-Anmeldung über [www.bwleichtathletik.de](http://www.bwleichtathletik.de) → Bildung → Online-Anmeldung

Direktlink: <https://www.bwleichtathletik.de/bildung/online-anmeldung/>

Bitte nutzen Sie die Online-Anmeldung des Württembergischen Leichtathletik-Verbandes (WLV)

Die Anmeldung ist bis **12. Oktober 2020** möglich. Eine kostenlose Abmeldung über den WLV-Personenaccount ist bis zum Meldeschluss ebenfalls möglich. Bei späteren Abmeldungen behält sich der WLV vor, Stornogebühren zu erheben.

### Hinweis:

Es gelten die „Organisatorischen Hinweise zum Bildungsbereich der Leichtathletik Baden-Württemberg“: <https://www.bwleichtathletik.de/bildung/organisatorische-hinweise/>