



## DSV Nordic Walking Trainer - Fortbildung Hannover LSB Niedersachsen

**Diese Fortbildung wird für die Lizenzverlängerung DSV-Card / DOSB-Lizenz anerkannt.**

### Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Keine gesundheitlichen Einschränkungen, die einer sportlichen Betätigung entgegenstehen
- Mitgliedschaft in einem Verein, der einem Landesskiverband angeschlossen ist
- Besitz einer Übungsleiterlizenz des DSV / Nachweis einer bereits absolvierten Ausbildung in einem Landesskiverband



Nds. Skiverband Harz

nsv.nordic@gmail.com

Auskünfte Organisation:

Christian Schomburg

0176 - 96 12 22 90

nsv.skitour@googlemail.com

Auskünfte Lehrgangsinhalte:

Michael Wildenhayn

0178 - 40 20 158

mumwi@online.de

Tim Schoen

0176 - 45 75 29 47

fi.t@gmx.de

**Termin:**

**22. + 23.04.2023**

**Anmeldeschluss: 07.04.2023**

Ausbildungsort:	Entweder Buntenbock (Harz) oder Hannover
Ausbildungsleitung:	Tim Schoen
Ausbilder:	Tim Schoen, NSV Nordic - Ausbildungsteam Harz
Organisation:	Tim Schoen, NSV Referent Nordic
Organisation vor Ort:	Tim Schoen
Lehrgangsgebühren:	100 € pro Person für die zweitägige Fortbildung, zahlbar vor Anmeldung
Leistungen:	Lehrgang (16 UE); Seminarunterlagen Unterkunft, Getränke und Verpflegung sind <u>nicht</u> im Lehrgangspreis enthalten und werden <u>nicht</u> gestellt.

Die Lehrgangsgebühren sind mit der Anmeldung zu überweisen auf das Konto des

**NSV, Referat Nordic / NW-AZ Harz**

**Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 2689 1484 0060 4941 06**

Verwendungszweck: **LL So 1/23 FB NW H / Name / Verein**

**Versicherung / Haftung:** Jede\*r Teilnehmer\*in muss ausreichend versichert sein. Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung für etwaige Schäden ab.

**Versicherung / Haftung:** Jede(r) Teilnehmende muss ausreichend versichert sein. Der Veranstalter (NSV) lehnt jegliche Haftung bei Unfällen, Personen- oder Sachschäden ab.

**Ausrüstung:**

- **Nordic Walking Ausrüstung** (Stöcke können ggf. in Absprache ausgeliehen werden)
- Wetterangepasste Sportbekleidung, Wechselwäsche
- kleiner Rucksack bzw. Bauchgurt, Trinkflasche





- Herzfrequenzmesser (sofern verfügbar)
- Schreibunterlagen, Tagesverpflegung, Getränke

- Fortbildungsinhalte:-** Nordic-Walking Technik-Training
- Videoanalyse des Demonstrationskönnens
  - Fehlerkorrektur: Fehlerbilder erkennen / Bewegungskorrekturen geben
  - Wie gebe ich richtig Feedback?
  - Methoden, Übungen (Aufgabenpool)

## **Programm am 22.04.2023 (evtl. Änderungen vorbehalten)**

- 09:00 Uhr Begrüßung, Organisation, Inhalte
- 09:30 Uhr Theorie: Materialkunde und Ausrüstung
- 10:00 Uhr Theorie: Methodik und Didaktik
- 10:30 Uhr Pause
- 10:45 Uhr Praxis: Warm up, Technikvermittlung Soft
- 12:15 Uhr Mittagspause
- 13:15 Uhr Praxis: Kräftigungsübungen, Technikvermittlung Fitness
- 14:45 Uhr Pause
- 15:00 Uhr Theorie: Fehler sehen und korrigieren, Videoanalyse
- 15:30 Uhr Praxis: Fehler sehen und korrigieren, Videoanalyse
- 16:30 Uhr Ende

## **Programm am 23.04.2023 (evtl. Änderungen vorbehalten)**

- 09:00 Uhr Ankommen und Aufwärmen
- 09:30 Uhr Praxis: Aufgabentypen und Aufgabenpool
- 12:00 Uhr Mittagspause
- 13:00 Uhr Praxis: Schrittvariationen, Sportelemente
- 14:30 Uhr Pause
- 14:45 Uhr Praxis: Neigungsgruppen
- 16:15 Uhr Reflexion, Abschlussbesprechung
- 16:30 Uhr Ende

Voraussetzung für alle Kurse ist neben Erreichen der Mindestteilnehmerzahl, dass die aktuellen Coronaschutzbestimmungen eine Durchführung zulassen. Entsprechende Kleidung und Verpflegung sind mitzubringen.

**Eine ggf. erforderliche Absage erfolgt am Montag, den 17.04.2023.**

*gez. Michael Wildenhayn*

*Leiter NSV-Landeslehrteam Nordic / Leiter Ausbildungszentrum Nds. Skiverband Harz*