

Trakour - Fortbildungslehrgänge 2010

Termin	Ort Verein/bzw. anderer Ausrichter	Lg.-Nr.:	Turnbezirk	Turngau	Referent/in
30. Januar 2010 Lehrgang 1 Meldeschluss: 13.01.2010	Röhrmoos SpVgg Röhrmoos	10-701	Oberbayern	Amper-Würm	FAM (Free Arts of Movement e.V.)
06. März 2010 Lehrgang 1 Meldeschluss: 17.02.2010	Oberweikertshofen SC Oberweikertshofen	10-702	Oberbayern	Amper-Würm	FAM
13. März 2010 Lehrgang 1 Meldeschluss: 24.02.2010	Ursensollen DJK Ursensollen/ Sportjugend Amberg	10-703	Oberpfalz	Oberpfalz-Nord	FAM
20. + 21. März 2010 Lehrgang 1 + 2 Meldeschluss: 03.03.2010	Coburg Coburger Turnerschaft	10-704	Oberfranken	Coburg-Frankenwald	FAM
17. + 18. April 2010 Lehrgang 1 + 2 Meldeschluss: 31.03.2010	Herrsching TSV Herrsching	10-705	Oberbayern	Amper-Würm	FAM
12. Juni 2010 Lehrgang: 1 Meldeschluss: 26.05.2010	Peiting TSV Peiting	10-706	Oberbayern	Oberland	FAM
26. + 27. Juni 2010 Lehrgang 1 + 2 Meldeschluss: 09.06.2010	Kirchheim TSV Kirchheim	10-707	Schwaben	Allgäu	FAM
10. + 11. Juli 2010 - NEU - Lehrgang 1 + Slackline Meldeschluss: 23.06.2010	Karlsfeld TSV Eintracht Karlsfeld	10-680	Oberbayern	Amper-Würm	FAM/ Bicker Claudius
24. + 25. Juli 2010 Lehrgang 1 + 2 Meldeschluss: 07.07.2010	Blossenu BC Blossenu	10-708	Schwaben	Oberdonau	FAM
18. September 2010 Lehrgang 1 Meldeschluss: 01.09.2010	Pocking FC 1960 Indling	10-713	Niederbayern	Unterdonau	FAM
26. September 2010 Lehrgang 1 Meldeschluss: 08.09.2010	Rödental SG Rödental	10-709	Oberfranken	Coburg-Frankenwald	FAM
09. + 10. Oktober 2010 Lehrgang 1 + 2 Meldeschluss: 22.09.2010	Huglfing SC 1920 Huglfing	10-710	Oberbayern	Oberland	FAM
23. + 24. Oktober 2010 Lehrgang 1 + 2 Meldeschluss: 06.10.2010	Forstinning VfB Forstinning	10-711	Oberbayern	Wendelstein	FAM
27. + 28. November 2010 Lehrgang 1 + 2 Meldeschluss: 10.11.2010	Landshut ETSV 09 Landshut	10-712	Niederbayern	Landshut	FAM

Uhrzeit: 09:00 bis 16:00 Uhr oder 10:00 bis 17:00 Uhr
(außer in der jeweiligen Ausschreibung ist eine andere Uhrzeit angegeben)

max. TN-Zahl: 20 Personen

TN-Gebühr (eintägige Lehrgänge): Mitglieder in einem Turn-/Sportverein: **29,00 Euro**
Nichtmitglieder in einem Turn-/Sportverein: **34,80 Euro**

TN-Gebühr (zweitägige Lehrgänge): Mitglieder in einem Turn-/Sportverein: **58,00 Euro**
Nichtmitglieder in einem Turn-/Sportverein: **70,00 Euro**

Lehrgang 1: Trakour - Parkour und Freerunning in der Turnhalle

Die Sportarten Parkour und Freerunning werden zurzeit hauptsächlich im freien, oft urbanen Terrain praktiziert. Trakour bietet Trainingskonzepte für die Turnhalle, um so vor allem Anfängern einen sicheren Einstieg in die Sportart zu bieten. Für Fortgeschrittene gilt es, schwierige Bewegungen methodisch und sicher zu erlernen. Hierbei werden gerade für die vielen neuartigen Bewegungen Parallelen zu bekannten Elementen aus dem Turnen gezogen und so neue Trainingsmöglichkeiten mit Standard-Turngeräten vorgestellt.

Lehrgang 2: Trakour - Tricking, Freestyle Akrobatik und Break Moves

In dieser Fortbildung wird ein interessanter Mix aus den drei Disziplinen angeboten. Sie lernen Elemente aus der Akrobatik, aus dem Kampfsport und dem Breakdance kennen „Normfreies Turnen am Boden“ so könnte man den Mix bezeichnen. Einfache bis schwierigere Elemente (je nach Gruppenzusammensetzung) werden erklärt, geübt und ausprobiert. Methodische Hilfen, Hilfestellungen usw. werden gezeigt. Voraussetzung: Grundkenntnisse im Bodenturnen!

Bitte beachten Sie, dass keine Kinder/Jugendliche zum Fortbildungslehrgang zugelassen sind!!!

Anerkennung von 08 bzw. 15 UE/LE zur LZV folgender Lizenzen:

- **nach dem alten System:** BTV-T, BLSV-A und BSJ-J
- **nach dem neuen System:** Trainer C Breitensport Turnen-Fitness-Gesundheit, ÜL C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere und ÜL C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche

Auskunft und Anmeldung per Meldebogen (Download: www.turnverband-bayern.de):

Bayerischer Turnverband e.V.; Georg-Brauchle-Ring 93; 80992 München
Lorenz Schmid, Tel: 089/15702-294; e-Mail: schmid@turnverband-bayern.de