



Samstag, 12.09.2020

09:30 Uhr - 11:00 Uhr - beide Seminargruppen	
Begrüßung und Eröffnungsvortrag: Trainerphilosophie - Ulla Koch	
Seminargruppe "Go for Gold"	Seminargruppe "Will to win"
11:30 Uhr - 13:00 Uhr	11:40 Uhr - 13:10 Uhr
BODEN Grundlagen für akrobatische Elemente	SPRUNG Stützsprünge - Voraussetzungen, Technik, Methodik und Lernfortschritt
Dieter Koch	Stefan Mutiu
MITTAGSPAUSE	
14:00 Uhr - 15:30 Uhr	14:10 Uhr - 15:40 Uhr
SCHWEBEBALKEN Balkenkonzept - Drills	STUFENBARREN Grundlagen im Schlaufentraining
Ulla Koch	Dieter Koch
16:00 Uhr - 17:30 Uhr	16:10 Uhr - 17:40 Uhr
BODEN Gymnastische Elemente und Verbindungen	GRUNDLAGEN Trampolin als methodische Unterstützung
Annamária Papploescu	Zoltán Csuka

Änderungen vorbehalten!