



## **Trainerfortbildung**

### **Strategien zur Sicherstellung ausreichender Bewegungszeit von Kindern und Jugendlichen**

**Save the date:** Fortbildung F 2/23

**Termin:** Sonnabend, 30. September 2023

**Beginn:** 12:00 Uhr | **Ende:** 16:00 Uhr

**Ort:** Leichtathletikhalle Hamburg (Krochmannstraße 55, 22297 Hamburg)

**Umfang:** 5 Lerneinheiten (LE) in Theorie und Praxis

**Referenten:** **Andreas Grieß**, HLV-Landestrainer „Lauf“ (Bahn) und Trainer bei Hamburg Running und Redakteur bei der Fachzeitschrift „Leichtathletiktraining“ und **Benjamin Franke**, HLV-Landestrainer „Lauf“ (Straße) und Trainer beim LT Haspa Marathon Hamburg

**Teilnahmeberechtigung / Zielgruppe:** Trainer:innen im Grundlagentraining (U12-U16)

**Teilnahmegebühren:** 40€ pro Teilnehmer:in (aus HLV-Vereinen)

60€ (Nicht-HLV-Vereine)

80€ (Nicht-HSB-Vereine)

**Anmeldungen:** ab sofort und bis zum 17.09.2023 an [info@hhlv.de](mailto:info@hhlv.de)

**Beschreibung:** Die Bewegungszeit von Kindern und Jugendlichen liegt oftmals unter dem Maß, welches für die körperliche Entwicklung ratsam wäre, mindestens aber unterhalb dessen, was für eine spätere leistungssportliche Karriere, insbesondere in den Ausdauerdisziplinen, notwendig wäre. In dieser Fortbildung sollen Strategien vorgestellt und diskutiert werden, dem entgegenzuwirken.

## Zeitplan (vorläufig)

Sonnabend, 30.09.2023

<b>Zeit</b>	<b>Programm</b>
<b>11:45</b>	Treffpunkt in der <b>Leichtathletikhalle (LTH)</b>
<b>12:00</b>	Begrüßung und Einführung in die Veranstaltung
<b>12:15</b>	Strategien zur Sicherstellung ausreichender Bewegungszeit von Kindern und Jugendlichen
<b>16:00</b>	Abschluss der Veranstaltung

Hamburg, 30. Januar 2023