



DRIV Fortbildung

zur Lizenzverlängerung Fachübungsleiter Inlineskating und DRIV Trainer C (15 LE)

Kooperation NRIV, RIV NRW und DRIV

Themen und Inhalte:

„Das richtige Wintertraining in der Halle“

- So baue ich ein Wintertraining richtig auf hinsichtlich:
 - Kraft/Sprungkraft
 - Ausdauer
 - Technik/Taktik
 - Imitationen
 - Core Stability/Gymnastik
 - Spielformen
 - Skatespezifische Spielformen
 - Alternative Spielformen
- Sportrecht: Aktuelle Informationen

Termin/Ort:

Samstag, 22.10.2011, um 09.00 Uhr – Sonntag, 23.10.2011, um 15.00 Uhr,
in 49808 Lingen (Ems)

Anmeldeschluss 15.09.2011

maximal 20 Teilnehmer, mindestens 12 Teilnehmer.
Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Kosten:

75,00 € für Mitglieder im DRIV

Sicherheit:

Tragen des Helms ist Pflicht, weitere Schutzausrüstung wird empfohlen.

Ansprechpartner und Anmeldung:

NRIV Lehrbeauftragter Inline Fitness Speed

Willy Ruygh

Altenlingener Weg 41 B

49808 Lingen

Tel. 0591 – 63110

E-Mail: Ruygh.Willy@t-online.de