



Trainer*innen Fortbildungs-Wochenende



Taping und Sportpsychologie +
(Fortbildung 1)

Ballett im Bodenturnen und Sprung fortgeschritten
(Fortbildung 2)

Kurs-ID:

21-29009

Kursort:

Allgemeiner Turnverein Graz
Kastellfeldgasse 8
8010 Graz

Zeitplan:

Freitag, 02.04.2021:

08:30 – 13:00 Uhr: Taping im Turnsport

Dipl.PT Dagmar Angerbauer, MSc.

15:00 – 19:30 Uhr: Sportpsychologie +

Mag. Michael Achorner

Samstag, 03.04.2021:

08:30 – 13:00 Uhr: Ballett Grundlagen

Viktoria Chanterie

15:00 – 19:30 Uhr: Sprung fortgeschritten

Matthias Fahrig

**Teilnehmer-Zielgruppe:**

Dieser Kurs ist für alle interessierten Personen (vorzugsweise ÖFT-Übungsleiter*innen, staatlich geprüfte Instruktor*innen und staatlich geprüfte Trainer*innen) aus dem Turnsport geeignet!

**Betreuungs-Zielgruppe:**

Anfängerinnen und Fortgeschrittene aller Altersgruppen

ÖFT-Lizenzverlängerung:

Fortbildung 1 ist als **spartenübergreifende Fortbildung** für ÖFT-Übungsleiter*innen (ÖFT-C-Lizenz), staatlich geprüfte Instruktor*innen (ÖFT-B-Lizenz) und staatlich geprüfte Trainer*innen (ÖFT-A-Lizenz) aller Sparten des ÖFT akkreditiert.
Fortbildung 2 ist als **spartenspezifische Fortbildung** im Rahmen der **ÖFT-Lizenzverlängerung** für ÖFT-Übungsleiter*innen (ÖFT-C-Lizenz) im Gerätturnen männlich und weiblich, sowie staatlich geprüfte Instruktor*innen (ÖFT-B-Lizenz) im Gerätturnen männlich akkreditiert.

Inhalt/Kursziel:**Taping im Turnsport**

- Funktionelles Taping zur Unterstützung und Stabilisierung der Gelenke in Theorie und Praxis
- mit dem Ziel einer frühestmöglichen Rückkehr zu Training und Wettkampf

Sportpsychologie +

- Vom Zittern, Zögern, Zweifeln bis hin zur Zuversicht – Emotionsregulation im Turnsport
- Strategien und Tipps für die Selbstregulation

Ballett Grundlagen

- Klassische Ballett-Grundlagen als Basis für Körperwahrnehmung und Haltungsschulung
- Fokus liegt auf die Anwendungen im Bodenturnen

Sprung fortgeschritten

- Tsukahara – Kasamatsu
- Überschlag – Salto vw.



Referent/inn/en:

Mag. Michael Achorner

Sportpsychologe

Dipl.PT Dagmar Angerbauer, MSc.

Sportphysiotherapeutin

Viktoria Chanterie

klassische Ballettausbildung in Sofia, Moskau und St. Petersburg, professionelle Ballett-Tänzerin und -pädagogin, Trainerin RG und AGG

Matthias Fahrig

Olympiateilnehmer 2004, Europameister am Boden und Vize-Europameister am Sprung 2010, insg. 6 EM- und 2 WM-Medaillen



Anmeldung:

Diese muss **bis zum 19.03 2021** über das [ÖFT-Online-Meldeportal](#) erfolgen.

Kosten:

EUR 75,00 pro Person und Kurstag

EUR 135,00 pro Person bei Buchung beider Kurstage

Material:

Für den Taping-Kurs sind pro Person 2 Rollen Leukotape (oder gleichwertig) mit 3,75 cm Breite und 1 Rolle mit 2 cm Breite selbst mitzubringen.

Storno:

Bei Verhinderung ist eine **schriftliche Stornierung** notwendig. Sollte diese **nach Meldeschluss** beim ÖFT einlangen, wird eine Stornogebühr von **30 % der Kursgebühr** verrechnet. Bei unentschuldigtem Fernbleiben vom Kurs werden keine Kosten refundiert.

Sars-CoV-2:

Die Hygienemaßnahmen zur Eindämmung des Sars-CoV-2-Virus sind während der gesamten Kursveranstaltung ausnahmslos einzuhalten!



Während des Kurses sind von allen Teilnehmer/innen FFP2-Masken zu tragen.

Vor Kursbeginn muss ein negativer Test (Antigen-Schnelltest oder PCR-Test) auf das Sars-CoV-2- Virus vorgewiesen werden. Hier darf das Testergebnis nicht älter als 24 Stunden sein.

Das Einhalten des Mindestabstands ist zu jedem Zeitpunkt zu beachten!

Kursleitung:

Jörg Christandl

Nähere Information:

Bei der **Leitung der ÖFT-Akademie**

Nina-Katharina Schurian,

nina.schurian@oeft.at,

Tel. 01 5055179-14

oder **Jörg Christandl**, lokale Organisation und Kursleitung, mag@ltv-stmk.at, 0699 13742716

Prof. Friedrich Manseder
Präsident

Mag. Robert Labner
Generalsekretär

Nina-Katharina Schurian
Leitung der ÖFT-Akademie

Eine Veranstaltung des:

Österreichischer Fachverband für Turnen (ÖFT)

AUT-1040 Wien, Schwarzenbergplatz 10, ZVR 855650079

www.oeft.at | office@oeft.at | Tel. +431 5055179