



An alle interessierten
Trainer/innen, Instruktor/inn/en,
Übungsleiter/innen und Vorturner/innen:

**Österreichischer
Fachverband
für Turnen**

oeft.at

Austrian Gymnastics Federation
A-1040 Wien, Schwarzenbergplatz 10
Tel. +43 1 505 51 79 ■ office@oeft.at

**Herzliche Einladung
zur Teilnahme!**

Wien, 2017-12-12

Trainerfortbildung Turnen Männer

26.-27. Jänner 2018 in Linz

Liebe Turnfreunde,

für den neuen Olympiazzyklus hat das österreichische Technische Komitee für Kunstturnen männlich die Übungen der Kinder- und Jugendstufen überarbeitet und bereits heuer in das österreichische Wettkampfprogramm aufgenommen.

Die Fortbildung behandelt die Schlüsselemente der Pflicht- und Kürübungen 2017+, sowie die Erarbeitung der nötigen athletischen Voraussetzungen. In einer eigenen Lektion wird die Stützkraft-Ausdauer behandelt.

Diese Veranstaltung gilt als Fortbildungsmaßnahme für die ÖFT-Übungsleiter-Lizenz.

Termin: 26. - 27. Jänner 2018

Ort: **TGW-Turnleistungszentrum OÖ**
Am Winterhafen 4, 4020 Linz

Teilnehmer: Der Kurs ist offen für alle Trainer/innen, Instruktor/inn/en, Übungsleiter/innen und Vorturner/innen, die mit Turnern ab der Kinderstufe aufwärts trainieren. Auch Trainer/innen aus dem Bereich Turn10 sind herzlich willkommen.

Kosten: **EUR 90,- pro Person**

Fahrt-, Verpflegungs- und Unterkunftskosten sind in dieser Kursgebühr NICHT enthalten und von den Teilnehmern selbst zu tragen.



Unterkunft: Für die Teilnehmer/innen der Fortbildung sind im **Hotel Donauwelle**, Am Winterhafen 13, 4020 Linz insgesamt 35 Betten zu Sonderpreisen nach dem Prinzip „first come, first serve“ verfügbar:

- Pro Person/Nacht im Doppelzimmer: **EUR 39,-** inkl. Frühstück.
- Bis zu 5 Einzelzimmer pro Person/Nacht: **EUR 64,-** inkl. Frühstück.

Anmeldung: Ausschließlich online **bis 9. Jänner 2018** über das ÖFT-Meldeportal auf <https://oefl.navportal.at/anmeldung> (Mindestteilnehmeranzahl 15 Personen). **Unterkunft ab jetzt nur mehr auf Anfrage!**

Storno: Bei Verhinderung ist eine schriftliche Stornierung bis zum 29. Dezember 2017 kostenfrei möglich. Danach bis zum 5. Jänner 2018 wird eine Stornogebühr von 30% der Kurs-, und 50% der Quartierkosten verrechnet. Bei späterer Stornierung oder Nicht-Teilnahme können keine Kosten refundiert werden.

Kursleitung: **ÖFT-Sportdirektor Dieter Egermann**
dieter.egermann@gmail.com, Tel. 0699 19967393

Haftung: Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der ÖFT als Veranstalter schließt jedwede Haftung, insbesondere für Unfälle, Sachbeschädigungen, Diebstahl und Verluste sowie gegen Dritte aus.

Themen, Referenten und vorläufiger Zeitplan:

Fr. 26.01.:	17:30-20:00	Entwicklung konditioneller Voraussetzung und Stützkraftausdauer	<i>Siegfried Wüstemann</i>
Sa. 27.01.:	08:30-10:00	Basisarbeit am Sprung- Überschlag erste Analyse	<i>Lubomir Matera</i>
	10:20-11:50	Boden: Grundlagenakrobatik vw. und rw., Rondat	<i>Lubomir Matera</i>
	13:45-15:15	Barren: Grundschwünge in Stütz und Hang, Felgbewegungen	<i>Petr Koudela</i>
	15:30-17:00	Pendelschwünge im Felghang, sowie im gegrätschten und gebückten Sturzhang	<i>Petr Koudela</i>
	17:00	Kursende	