

An die Teilnehmer der unten genannten
Fortbildung
Zur Mitkenntnis: LKA-Mitglieder

Dr. Flavio Bessi
Landestrainer Kunstturnen
Hohestr. 11a
79336 Herbolzheim
☎ 0 76 43/ 93 02 92
Homepage: www.flavios.de

Fördergruppenleiter- und Vereinstrainerfortbildung

Samstag, den 18.08.2004

<i>bis</i>	<i>9.00 Uhr</i>	<i>Anreise</i>	
	9.15 Uhr	Begrüßung	Dr. Flavio Bessi Markus Wellenreuther
9.30 -	10.15 Uhr	Aufwärmen; Sprungkrafttraining	Raymond Krecké
10.15 -	11.00 Uhr	Handstandzirkel	Raymond Krecké
11.00 -	11.45 Uhr	Sprung	Raymond Krecké
11.45 -	12.30 Uhr	Alles eine Frage des Schwungs Schwungsverhalten an verschiedenen Geräten	Raymond Krecké
14.00 -	15.30 Uhr	Gymnastische Grundausbildung und Körperspannung	Viktoria Tereschenko
15.30 -	17.00 Uhr	Landeskadertest	Dr. Flavio Bessi
17.00 -	17.45 Uhr	Aktuelles aus dem DTB Änderungen in den Übungen der AK 9/10 (evtl. 11/12) neue AO, WK-System etc.	Dr. Flavio Bessi
17.45 -	18.30 Uhr	Abschlussbesprechung	Dr. Flavio Bessi Markus Wellenreuther

Sonntag, den 19.09.2004

<u>9.00 -</u>	<u>10.30 Uhr</u>	<u>Handstütz-Sprungüberschlag mit 1/1 Drehung</u>	<u>Dr. Flavio Bessi</u>
		Handstütz-Sprungüberschlag zur Dreherzeugung	
10.45 -	12.15 Uhr	Ausgewählte B-Teile (Wünsche der Teilnehmer)	Dr. Flavio Bessi
12.15 -	13.00 Uhr	Abschluss	Dr. Flavio Bessi

Geschäftsstelle:
Am Fächerbad 5
76131 Karlsruhe
Zentrale: 0721 / 18 15 - 0
Fax: 0721 / 26 17 6
www.badischer-turner-bund.de