

LANDESKANUVERBAND

MECKLENBURG-VORPOMMERN 1990 e.V.

Landeskanuverband M-V e.V. – Schillerstraße 6 – 17033 Neubrandenburg

Sportkoordinator

André Rusch
Schillerstraße 6
17033 Neubrandenburg

Telefon: +49 395 5707 38 88
Telefax: +49 395 5707 38 90
St.-Nr.: 072/142/02667

Raiffeisenbank
Mecklenburger Seenplatte eG
IBAN: DE53 1506 1618 0001 5698 13
BIC: GENODEF1WRN

info@kanu-mv.de
www.kanu-mv.org

*Mitglied des Landessportbundes M-V e.V.
und des Deutschen Kanu-Verbandes e.V.*



Fortbildung Kanu-Rennsport und Drachenboot: „Paddeltechnik und Gewichtheben“

Neubrandenburg, 09.12.2022

Sehr geehrte Vereine und Trainer,

wir bieten gleich zu Jahresbeginn eine interessante Weiterbildung für Trainer im Kanu-Rennsport und Drachenboot an. Für die Verlängerung einer Trainer C-Lizenz im Kanusport werden dabei 9 Lerneinheiten anerkannt.

Teil 1 Paddeltechnik (2 LE):

A) Kanu-Rennsport (Kajak und Canadier)

oder

B) Drachenboot

Teil 2 Gewichtheben als Ausgleichssportart (7 LE)

1. Theorie: Warum Gewichtheben? - technische Abläufe und Trainingsmittelkatalog
2. Praxis: Grundlagen
 - Teilübungen und Komplexübungen
 - Koordination
 - Zusammenspiel von Maximalkraftfähigkeit, Schnellkraft und Reaktionsfähigkeit

Termin: 28.01.2023 (Sa: 9:45-18:00)

Ort: Sportclub Neubrandenburg e.V., Schillerstraße 6, 17033 Neubrandenburg

Referenten: Clemens Paarmann (Stützpunktrainer Kanu-Rennsport)
Holger Steinhagen (Landestrainer Kanu-Rennsport)
Frank-Rüdiger Behrens (sportlicher Leiter Drachenboot SCN Jugend)
Christian Leyba (Trainer B Lizenz Gewichtheben)

Mitzubringen sind:

- Schreibsachen für Notizen
- Sportsachen für das Gewichtheben

Teilnehmer:

Die Weiterbildung findet ab 8 Teilnehmer statt und ist zunächst auf 12 Teilnehmer mit einer gültigen Trainerlizenz des LKV M-V e.V. begrenzt. In Ausnahmefällen können an der Weiterbildung auch Übungsleiter und Steuerleute aus dem Drachenbootsport ohne Trainer C-Lizenz teilnehmen.

Kosten:

25 € für LKV-Mitglieder inkl. Mittagsverpflegung

Anmeldung:

Meldungen sind bis zum 10.01.2023 an die Geschäftsstelle des LKV (E-Mail: info@kanu-mv.org) über das beiliegende Anmeldeformular zu schicken.

Anhang:

- Anmeldeformular für Trainer C Kanu-Rennsport
- Anmeldeformular für Trainer C Drachenboot

Mit freundlichen Grüßen

André Rusch
Sportkoordinator

