



An alle Trainer mit und ohne Lizenz

Matthias Krohlas  
Honorartrainer weiblicher Ringkampf  
Storchenweg 4, 71364 Winnenden  
Tel : 0163/6995372

E-Mail: [matthias.krohlas@gmail.com](mailto:matthias.krohlas@gmail.com)

**Winnenden, 24.09.2018**

## **Trainerfortbildung C-Lizenzverlängerung am 01.12.2018**

Hallo liebe Trainerkollegen/-innen,

der Württembergische Ringerverband bietet am 01.12.2018 eine Trainerfortbildung für alle Trainer mit und ohne Lizenz an.

- Termin:** 01.12.2018, 11:00-16:00 Uhr
- Ort:** Urbanschulturnhalle, Eugen-Ruoff-Straße, 71404 Korb
- Thema:** Stabilitäts- und Kräftigungsübungen für Ringer  
Handlungskomplexe im Freistil  
Trainingsformen im Techniktraining
- C-Lizenzverlängerung:** Es werden 5 h zur Lizenzverlängerung angerechnet.  
Bei Abgabe eines Trainingsplans zu einem der folgenden Themen werden 6 h angerechnet.
- Technikerlernung einer beliebigen Angriffstechnik oder eines beliebigen Handlungskomplexes Stand
  - Technikstabilisierung einer beliebigen Angriffstechnik oder einen beliebigen Handlungskomplexes Stand
  - Trainingseinheit 2 Wochen vor der DM A-Jugend
- Bemerkung:** Die erste Stunde findet im Rahmen des Stützpunkttrainings der Mädchen/Frauen statt. Mittagspause 13-14 Uhr.
- Kosten:** € 10 für den Stundennachweis bzgl. der Lizenzverlängerung

**Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.**

Mit sportlichen Grüßen

Matthias Krohlas