

Kursplan - 5. Schwimmsportakademie des LSVSA vom 13. bis 15. September an der Landessportschule

Sachsen-Anhalt in Osterburg

Freitag, 19:30-21:00	A1 sexualisierte Gewalt im Schwimmbad	A2 Fachwissen aufgefrischt: Energiebereitstellung	A3 Trainerstimme Teil 1	A4 Erste Hilfe am Beckenrand	A5 Aquafitness Specials - thematische Gestaltung von Aquafitness-Einheiten	A6 Crowdfunding - eine neue Möglichkeit Geld zu sammeln	A7 Kommunikation / Verhalten Trainer am Beckenrand
Kurs A							
Samstag, 09:00-10:15	Einstiegsreferat Eröffnung						
Samstag, 10:30-12:00	B1 Wassergewöhnung und Wasserbewältigung Theorie	B2 Atmung – Äußerst wichtig, aber hat sie diese Bedeutung in unserem Training?	B3 Trainer rhetorik	B4 Rock the ball - Aquafitness-Special mit dem Ball	B5 Inklusion im Verein – Training für Menschen mit Behinderungen	B6 Sicherheit am und im Wasser	B7 Masters: Gesundheit oder Rekorde? Teil 1
Kurs B							
Samstag, 13:30-15:00	C1 Wassergewöhnung und Wasserbewältigung Praxis	C2 Eine Reise durch die Aquafitnesswelt	C3 Trainerstimme Teil 2	C4 Bewegung coachen - Bewegung lernen, lehren, korrigieren und demonstrieren	C5 Ernährung und gesunde Gefäße	C6 Keine Angst vor Bewegungseinschränkungen - Alternativen in den Schwimmarten für Eure Teilnehmer entwickeln	C7 ARAG Sportversicherung im Verein
Kurs C							
Samstag, 15:30-17:00	D1 Schwimmanfänger im Tiefwasser Teil 1 -	D2 Masters: Gesundheit oder Rekorde? Teil 2	D3 Inklusion im Verein – Training für Menschen mit Behinderungen	D4 Trainer rhetorik	D5 Leistungs-physiologie im Altersgang	D6 Ehrenamtliche finden und halten	D7 ARAG Sportversicherung im Verein
Kurs D							
Samstag, 17:30-19:00	Grundfertigkeiten erfolgreich vermitteln	E2 Social-Media im Sportverein	E3 Trainerstimme Teil 1	E4 Eine Reise durch die Aquafitnesswelt	E5 Bewegung coachen - Bewegung lernen, lehren, korrigieren und demonstrieren	E6 Fachwissen aufgefrischt: Energiebereitstellung	E7 Funktionsgymnastik
Kurs E							
Sonntag, 09:00-10:30	F1 Schwimmanfänger im Tiefwasser Teil 2 -	F2 Wassergewöhnung und Wasserbewältigung Theorie	F3 Atmung – Äußerst wichtig, aber hat sie diese Bedeutung in unserem Training?	F4 Leistungsphysiologie im Altersgang	F5 Ernährung und gesunde Gefäße	F6 Crowdfunding - eine neue Möglichkeit Geld zu sammeln	F7 Funktionsgymnastik
Kurs F							
Sonntag, 11:00-12:30	Lernwege in den Schwimmarten für Schwimmanfänger	G2 Wassergewöhnung und Wasserbewältigung Praxis	G3 Trainerstimme Teil 2	G4 Bewegung coachen - Bewegung lernen, lehren, korrigieren und demonstrieren	G5 Kommunikation / Verhalten Trainer am Beckenrand	G6 Keine Angst vor Bewegungseinschränkungen - Alternativen in den Schwimmarten für Eure Teilnehmer entwickeln	G7 sexualisierte Gewalt im Schwimmbad
Kurs G							