

P-Übungsleiterfortbildung

Fortbildung 1

26.10. – 27.10.2024
in Albstadt-Tailfingen

Schwerpunktthema:
FITTer Kids

Unter Einsatz von spielerischen Elementen, vorwiegend mit Tischtennisschläger und -ball, soll Kindern ab dem 3. Schuljahr ohne oder mit wenig TT-Vorkenntnissen die Freude an Bewegung zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden vermittelt werden. Stundeninhalte des DTTB-Konzepts: Themeneinführung zu physiologischen Grundlagen, Übergewicht und motorischen Defiziten im Kindesalter, Aufwärmen/Ballgewöhnung, Bewegungsspiele, Ausdauer/Rundlaufvariationen, Kräftigung und Entspannung. Das Konzept wurde bundesweit in mehreren Schulen erprobt.

Fortbildung 2

10.07. – 11.07.2024
in Albstadt-Tailfingen

Schwerpunktthema:
Active Balance – Entspannung durch und mit Bewegung

Wir alle kennen Stresssymptome. Unser Körper reagiert unterschiedlich auf akuten und chronischen Stress, z. B. durch eine erhöhte Muskelanspannung, eine schnellere, flachere Atmung, einen erhöhten Puls, Bluthochdruck und Konzentrationsschwäche. Durch sanftes Bewegungstraining, verschiedene Entspannungsmethoden sowie gezielte Schulung der Körperwahrnehmung und Achtsamkeit kann Stress reduziert und das innere Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele verbessert sowie die Resilienz erhöht werden. Vermittelt werden Möglichkeiten, dem (hektischen) Alltag zu entfliehen, Verspannungen zu lösen, myofaszialen Schmerzen vorzubeugen oder diese zu reduzieren.



PUREN

Zeitloses Design
für euer Team



butterfly.tt



Tischtennis Baden-Württemberg

P-Übungsleiter Aus- und Fortbildung

Nr.	Lehrgang	Datum	Ort
•	Grundlehrgang	01.07. – 05.07.2024	Albstadt-Tailfingen
•	Prüfungslehrgang	23.09. – 27.09.2024	Albstadt-Tailfingen
•	Fortbildung 1: FiTter Kids	26.10. – 27.10.2024	Albstadt-Tailfingen
•	Fortbildung 2: Active Balance	10.07. – 11.07.2024	Albstadt-Tailfingen

Mentoren-Ausbildung

Nr.	Lehrgang	Datum	Ort
•	Mentoren-Grundlehrgang 6	08.04. – 12.04.2024	Karlsruhe-Schöneck

C-Trainerausbildung 2023/2024

Nr.	Lehrgang	Datum	Ort
•	Prüfungslehrgang 4 (STARTTER) Ba-Wü	15.04. – 19.04.2024	Tailfingen
•	Fachlehrgang 2 – Ferien	02.01. – 05.01.2024	Steinbach
•	Prüfungslehrgang 2 – Ferien	27.05. – 31.05.2024	Steinbach
•	Fachlehrgang 1 (Ba-Wü)	18.03. – 22.03.2024	Tailfingen
•	Prüfungslehrgang 1 (Ba-Wü)	07.10. – 11.10.2024	Tailfingen
•	Fachlehrgang 5 – Ferien	02.01. – 06.01.2024	Schöneck
•	Prüfungslehrgang 5 – Ferien	02.04. – 05.04.2024	Schöneck
•	Prüfungslehrgang 3 – Ferien (+ E-Learning)	14.02. – 16.02.2024	Tailfingen

C-Trainerausbildung 2024/2025

Nr.	Lehrgang	Datum	Ort
•	Grundlehrgang 1 (Ba-Wü)	25.11. – 29.11.2024	Albstadt-Tailfingen
•	Fachlehrgang 1 (Ba-Wü)	März/April 2025	Albstadt-Tailfingen
•	Prüfungslehrgang 1 (Ba-Wü)	Sept./Okt. 2025	Albstadt-Tailfingen
•	Grundlehrgang 2 – Ferien	19.08. – 23.08.2024	Steinbach
•	Fachlehrgang 2 – Ferien	03.03. – 07.03.2025	Steinbach
•	Prüfungslehrgang 2 – Ferien	Pfingstferien 2025	Steinbach
•	Grundlehrgang 3 – Ferien	21.05. – 24.05.2024	Albstadt-Tailfingen
•	Fachlehrgang 3 – Ferien (+ E-Learning)	26.08. – 30.08.2024	Albstadt-Tailfingen
•	Prüfungslehrgang 3 – Ferien (+ E-Learning)	03.03. – 07.03.2025	Albstadt-Tailfingen
•	Grundlehrgang 5 – Ferien	29.07. – 02.08.2024	Karlsruhe-Schöneck
•	Fachlehrgang 5 – Ferien	02.01. – 05.01.2025	Karlsruhe-Schöneck
•	Prüfungslehrgang 5 – Ferien	Osterferien 2025	Karlsruhe-Schöneck