

**WLV Fortbildung Freizeit-, Lauf-, Gesundheitssport:
„Faszientraining im Laufsport“**

*Fortbildung für Läuferinnen und Läufer sowie für lizenzierte und/oder zertifizierte
Trainer/Betreuer im Freizeit-, Wettkampf- oder Leistungssport.*

- Termin:** Samstag, 28. November 2020, von 9:00 bis 16:30 Uhr
- Lehrgangsort:** Heinrich-Harpprecht-Schule, Berkenstraße 14, 71088 Holzgerlingen
- Inhalte:** Was sind Faszien
Funktion und Bedeutung der Faszien
Darum ist Faszientraining notwendig und sinnvoll
Faszientraining mit dem Foam-Roller
Foam-Rolling: Trainingspraxis, Herangehensweise und Programme
Mobilisationsübungen und der Einsatz weiterer Trainingstools (insbesondere
Massagebälle)
Fasziales Dehnen, Fasziales Krafttraining und faszienorientiertes Training im Sport
- Referenten:** WLV Lehrteam
- Ausrichter:** SpVgg Holzgerlingen (Lauffreie)
- Kosten:** **40,00 €** (ohne Verpflegung) für BLV-/WLV-Mitgliedsvereine
*Für Teilnehmer aus Nicht-Mitgliedsvereinen des BLV/WLV gelten abweichende
Gebühren.*
- Anmerkungen:**
- ▶ Die Teilnehmerzahl ist auf 20 begrenzt. Ausschlaggebend ist der Zeitpunkt der Online-Anmeldung.
 - ▶ Es werden automatisch generierte Anmeldebestätigungen verschickt, sobald Ihre Anmeldung vollständig vorliegt und in unserem System eingetragen ist. Bitte ggf. Spamordner kontrollieren.
 - ▶ Weitere Informationen erhalten Sie in der Vorwoche der Fortbildung per Email.

8 LE zur Lizenzverlängerung der Trainer C Lizenz Leistungssport und Breitensport
sowie aller WLV-Zertifikate

Anmeldung:

Online-Anmeldung über www.bwleichtathletik.de → Bildung → Online-Anmeldung
Direktlink: <https://www.bwleichtathletik.de/bildung/online-anmeldung/>
Bitte nutzen Sie die Online-Anmeldung des Württembergischen Leichtathletik-Verbandes (WLV)

Die Anmeldung ist bis **16.11.2020** möglich. Eine kostenlose Abmeldung über den WLV-
Personenaccount ist bis zum Meldeschluss ebenfalls möglich. Bei späteren Abmeldungen behält
sich der WLV vor, Stornogebühren zu erheben.

Hinweis:

Es gelten die „Organisatorischen Hinweise zum Bildungsbereich der Leichtathletik Baden-
Württemberg“: <https://www.bwleichtathletik.de/bildung/organisatorische-hinweise/>