



<b>Termin:</b>	Samstag, 27 März 2021, 09.00 – 18.00 Uhr
<b>Lehrgangsart:</b>	Online-Kongress als Videokonferenz
<b>Referenten:</b>	Externe Referenten
<b>Moderator:</b>	Rene Stauß (Bildungsreferent WLV)
<b>Programm:</b>	
09:00 – 09:05 Uhr	<b>Begrüßung, Organisatorisches</b>
09:05 – 10:00 Uhr	<b>Impulsvortrag zum Thema Motivation &amp; Zielsetzung</b> (Daniel Unger)
10:00 – 10:30 Uhr	Pause
10:30 – 12:00 Uhr	<b>Core-Fit – gestalte deine persönliche Home-Fitness Challenge</b> – Theorie & Praxis (Kathrin Wunsch)
12:00 – 13:00 Uhr	<b>Mittagspause</b>
13:00 – 14:00 Uhr	<b>Lauftechnik in der Theorie</b> (Thomas Dold)
14:00 – 14:30 Uhr	Pause
14:30 – 16:00 Uhr	<b>„Stretchen, Kräftigen und Stabilisieren Einfach. Klar. Umsetzbar.“</b> – Theorie und Praxis (Timo Reiff – Pedalo)
16:00 – 17:30 Uhr	<b>Laufzeit</b>
17:30 – 18:00 Uhr	<b>Auswertung &amp; Abschluss</b>

#### **Friday-Evening-Cooking:**

Als Besonderheit wird dieses Jahr ein **Friday-Evening-Cooking** in Zusammenarbeit mit der AOK Stuttgart-Böblingen angeboten. Innerhalb eines virtuellen Kochkurses mit dem Top-Athleten Arne Gabius und Janina Brosche (AOK – Gesundheitsförderung, B.A. Bewegung und Ernährung) wird am Vorabend (Freitag, 26. März; 18:00 – ca. 19:30 Uhr) des WLV Laufkongresses live ein Gericht als optimaler Nährstofflieferant für die praktischen Einheiten des WLV Laufkongresses am folgenden Tag gekocht. Der Kochabend ist in der Kongressgebühr inklusive, sodass alle Teilnehmer\*innen automatisch am Kochevent teilnehmen können.

Bei einer Anmeldung bis einschließlich 21. März 2021 erhalten alle Teilnehmer\*innen kostenfrei ein Päckchen Pasta. Dieses wird rechtzeitig zum Event mit allen Informationen rund um das zu kochende Gericht per Post versandt.

- Voraussetzungen:** Stabile Internetverbindung. Wenn vorhanden: Mikrofon & Webcam. Zugang per PC, Laptop, Tablet oder Smartphone. Die Online-Fortbildung wird mit dem Anbieter „Zoom“ durchgeführt. Genaue Zugangsdaten und Informationen erhalten Sie spätestens 24 Stunden vor der Online-Fortbildung per E-Mail.
- Kosten:** Anmeldegebühr gesamter Kongress 50,00 €  
Anmeldegebühr Vormittags-Session 30,00 €  
Anmeldegebühr Nachmittags-Session 30,00 €
- Die Gebühr wird vom angegebenen Konto abgebucht.
- Session-Auswahl:** Nach der Online-Anmeldung wird per E-Mail die Session-Auswahl über ein Google-Formular abgefragt.

3 LE je Vormittags- bzw. Nachmittags-session (max. 6 LE) zur Lizenzverlängerung der Trainer-C und Trainer-B-Lizenz

**Anmeldung:**

Online-Anmeldung über [www.bwleichtathletik.de](http://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 **25. März 2021** 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/>