

## AUSSCHREIBUNG

### Funktionelles Kraft-/Athletiktraining

---

<b>DATUM:</b>	16.11 2024 ca. 10-17 Uhr
<b>ORT:</b>	Garmisch-Partenkirchen
<b>FORTBILDUNG:</b>	8 UE
<b>LEHRGANGSLEITUNG:</b>	Philipp Peter / Raphael Keller
<b>LEHRGANGSGEBÜHR:</b>	100,- Euro

---

Die Fortbildung vermittelt die Planung und Durchführung eines funktionellen Kraft- und Athletiktrainings für Triathlet-/innen. Dabei wird auf funktionelle Tests zur Individualisierung des Trainings-/Übungsprogramms sowie auf einen sinnvollen Aufbau der Einheiten sowohl in der Theorie als aus der Praxis eingegangen. Es ist Zeit für individuelle Fragen und Diskussion.

**ABLAUF:** wird noch bekannt gegeben

**Unterkunft/Verpflegung:** nach Bedarf selbst organisiert

**Erforderliche Ausrüstung:** Hallenbekleidung/Schuhe, Trainings-/Yogamatte, Theraband

Nürnberg, den 24.04.2024

Philipp Peter  
BTV Lehrbeauftragter