

Tretroller-Frühlingscamp

für Trainer, Übungsleiter, Physiotherapeuten,
Sportbegeisterte aller Altersgruppen und Mitarbeiter aus der Tourismusbranche.

In Tschechien ist der Tretrollersport bereits seit Langem ein Breitensport.
Die offizielle Internationale Trainer-Lizenz der Universität von Olmütz ist neu und
wird erstmals in 2019 angeboten. Mit Spaß, Freude und neuem Wissen erhält man
die Lizenz.

KLSTKA®



Wann?

4 Tage vom 10. - 14.4. 2019
Anreise am Mittwoch gegen 17 Uhr; Abreise am Sonntag gegen Mittag.

Wo?

In Tschechien, im Herzen des Altvatergebirges (Rheiwiesen/Rejvíz) in der Nähe des zweithöchsten tschechischen Berges (1.491 m.ü.M.). Die unmittelbare Umgebung ist flach und eignet sich hervorragend zum Tretrollern. Weitere Sportaktivitäten wie Schifahren sind in der Umgebung auch noch möglich.

Seminarleitung

- RNDr. Zdenek Gadourek, Ph.D., Dozent Tomas Dohnal von der tschechischen Universität Olmütz (Univerzita Palackého Olomouc).
- Dr. med. Wolfgang Ries - leitender Oberarzt für Innere Medizin, Nephrologie und Angiologie aus Flensburg.
- Unterrichtssprache ist Deutsch oder Tschechisch mit Deutscher Übersetzung .

Die Kosten:

4 Tage Vollpension EUR 400,- inkl. USt.
mit Schulung und mit Internationaler Lizenz

4 Tage Vollpension EUR 200,- inkl. USt.
für Begleitpersonen, ein Begleitprogramm wird geboten

Im Preis inbegriffen: 4 Übernachtungen in Berghotel Férovka in Rejvíz/Rheiwiesen • 4x Vollpension • Sportpaket (Wellness- und Halleneintritt, Tretrollertrainings einschließlich der Tretroller) • WLAN • TV • Parkplatz • Sauna •

Nicht inbegriffen: Kurtaxe, Individuelle An-/Rückreise, sowie ggf. Ausflüge sowie z.B. Skipässe oder Versicherung

Was erwartet die Teilnehmer?

Warum findet das Tretroller-Camp in Tschechien statt?

Wer benötigt diese Internationale Lizenz?

Die Vortragenden vermitteln Fachkenntnisse zum Thema Rollersport
Es findet auch ein Erfahrungsaustausch zwischen den Teilnehmern statt.



Für weitere Fragen stehen wir euch gerne zur Verfügung.
Petr Neugebauer +420 725 337 408, p.neugebauer@kolobka.cz

Wir freuen uns schon jetzt auf ein spannendes und sportliches Camp.
Mit herzlichen Grüßen
Das Sportcamp-Team

Themen, Unterrichtsstunden und Praxis

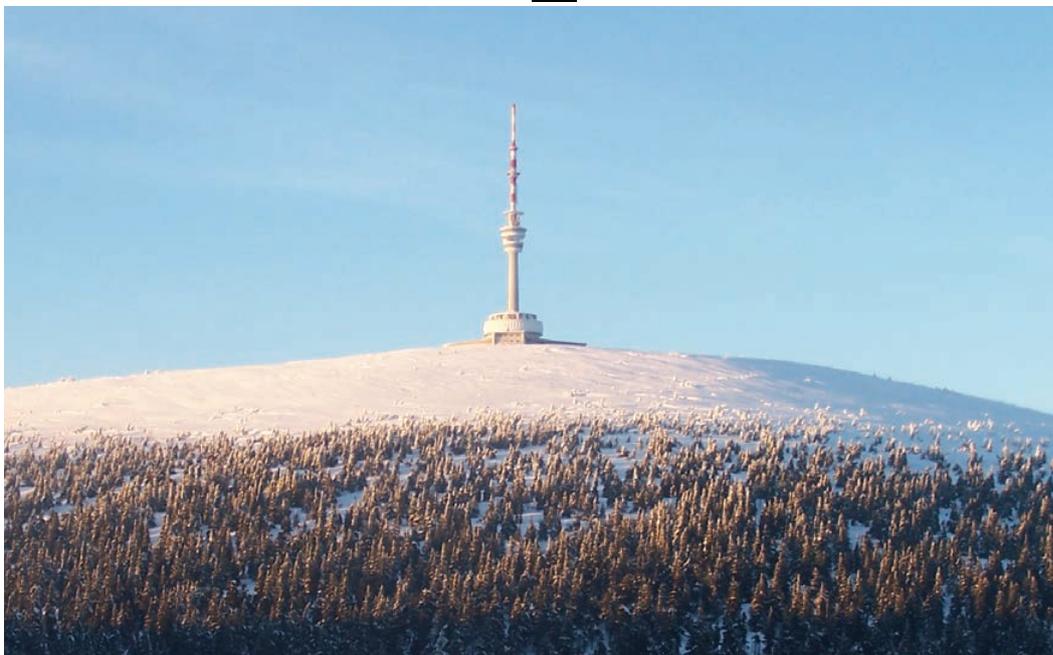
- Fahr- und Tritttechniken, Breitensport, Rennsport
- Physikalische Größen und Rollwiderstand
- Aufbau der Rollergruppe
- Einschätzung der Fähigkeiten
- Körperliche Leistungsfähigkeit, Trainingszyklus
- Gesundheits- und Fitnessstraining mit dem Roller
- Hilfsmittel zur Einschätzung
- Notfälle, Herzfrequenz und Borg-Skala
- Komplementäre Trainingsmethoden
- Ernährung und Energie
- Didaktische Prinzipien
- Ethik, Anti-Doping
- Einschließlich der Video-Analyse der Rollerfahrten
- Trainingsübungen und Krafttraining
- Begleitprogramm: Fit pain free (alternative Heilmethode, Krankengymnastik)
- Funktionelles Krafttraining



Rheiwiesen/Rejvív



<http://www.ferovka-rejviz.cz/>



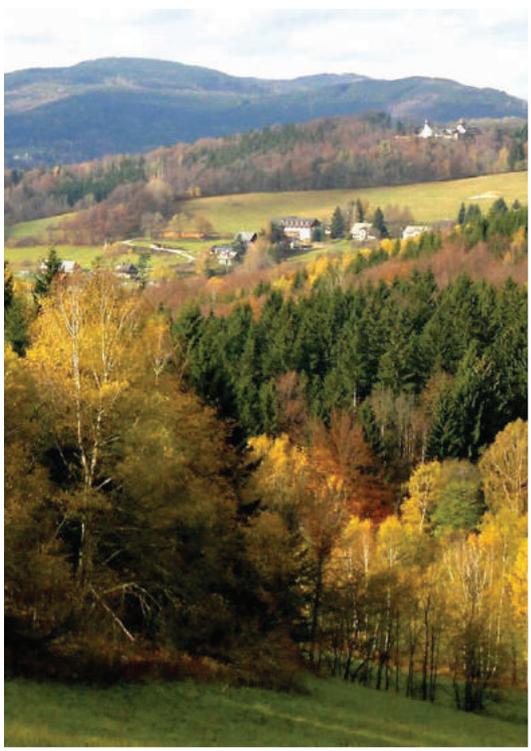
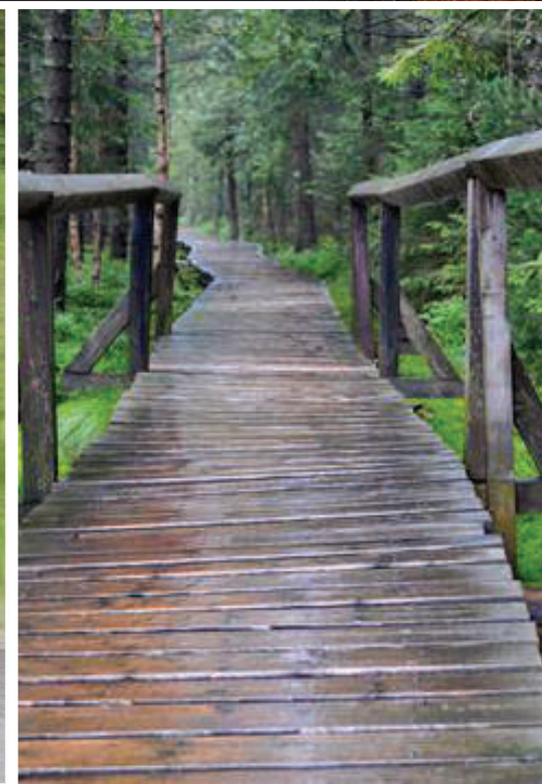
Altvater/Praděd - über der Region - <https://1url.cz/3Mpu5>



<http://www.ferovka-rejviz.cz/>



Rheiwiesen/Rejvíc



Anmeldung Tretroller-Frühlingscamp

Geschlecht:.....

Name :.....

Vorname :.....

Geburtsdatum :.....

Straße :.....

Wohnort :.....

Staat:.....

Telefon(Handy) :.....

E-Mail:.....

Weitere Infos zur Person

Sportliche Interessen :.....

Tourismus-, Sportbranche oder Sportverein:.....

Ort, Datum:.....

Unterschrift:.....

Online: <https://goo.gl/forms/1xSUMhJagmoeiqtr2>

