



Übungsleiterkurs 2016

des Salzburger Landes-Fechtverbands
15./16. April und 29./30. April

Sport
Land Salzburg



- **Termine:** 15./16. und 29./30. April 2016
- **Ort:** Salzburger Landesleistungszentrum Fechten, HAK-Unterflut, Johann Brunauerstraße 4, 5020 Salzburg
- **Kosten:** Unkostenbeitrag: 60 Euro
- **Seminar-Leitung:** Roman Hinterseer, 0676 84 52 76 310, roman.hinterseer@oefv.com
- **Anmeldung:** Bei Roman Hinterseer oder in der Halle auf der Liste
- **Zielgruppe:** Alle, die in einem Fechtverein mithelfen wollen und die Freude am Fechtsport und an der Arbeit mit Jugendlichen haben.
- **Seminarziel:** Erlernen des Basiswissens, um Anfängern die ersten Schritte im Fechtsport zu lehren
(Nächste Stufen wären Instruktor (früher Fachwart), Österr. Trainerausbildung, Spezialtrainerausbildung)
- Alle Absolventen erhalten ein Diplom sowie ein Übungsleiter-T-Shirt

- **Stundenplan**

1. TEIL			
Freitag, 15. April 2016		Samstag, 16. April 2016	
17.00-19.00	Erste Hilfe-Kurs (Rotes Kreuz)	9.30-11.30	Beinarbeit mit Engagement und Kompetenz – Anfängergerecht (Roman Hinterseer)
19.15-20.15	Aufwärmen & Spiele (Caro Frece / personal fitness)	11.45-12.30	Struktur von Fechtverband und Sport in Salzburg (Roman Hinterseer)
		12.30-13.30	Mittagspause
		13.30-15.00	Grundkenntnisse des Kampfleitens (Int. FIE-Kampfleiter Tobias Hinterseer)
		15.15-16 Uhr	Öffentlichkeitsarbeit, Umgang mit Medien, Sponsoring (Roman Hinterseer)
2. TEIL			
Freitag, 29. April 2016		Samstag, 30. April 2016	
17.00-18.30	Grundlagen der Trainingslehre (Mag. Gassner, SSM)	9.30-12.00	Fechten unterrichten - Theorie, Praxisbeispiele und Übungen (Hannes Jetz)
18.45 -20.00	Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Koordination - Überblick, Beispiele und Übungen für das Fechttraining (Hannes Jetz)	12.30-13.30	Die häufigsten Fehler bei Fechtanfängern, - Analyse und Behebung, Eckpunkte der ersten grundlegenden Bewegungen (Hannes Jetz)
		13.30 - 14.30	Mittagspause
		14.30 -15.30	Theoretische Prüfung (schriftlich)
		15.45-18.00	Praktische Prüfung

- **Die Referentinnen und Referenten**

Mag. Christian Gassner: Sportwissenschaftler im Schulsportmodell Salzburg (SSM)

Caroline Frece: Ehemalige Hochleistungssportlerin, Personal Trainerin

Hannes Jetz: Fechttrainer, Salzburger Landesverbandstrainer

Mag. Dr. Tobias Hinterseer: Ehemaliger Nationalteamfechter, geprüfter Kampfleiter des Weltverbands FIE

Rotes Kreuz: Erste Hilfskurs durch Spezialisten

Roman Hinterseer: Landesverbandspräsident, Fechttrainer, Medienfachmann