

BTSC Sommereis 2015

Vereinsübergreifendes Gruppenfördertraining Breitensport Erwachsene

Mo, 27.07. bis Mi, 29.07.2014 + Fr, 31.07.2015

Trainer/innen

Eiskunstlauf (EK) Karin Hendschke-Raddatz, Constanze Paulinus
Laufschule (LS) Birgit Aust

Trainingszeiten

Zeit	Montag 27.07.2015		Dienstag 28.07.2015		Mittwoch 29.07.2015		Freitag 31.07.2015	
19.30 – 20.20	LS 3+4	EK 1+2	LS 3+4	EK 1+2	LS 3+4	EK 1+2	LS 3+4	EK 1+2
20.30 – 21.20	LS 1+2	EK 3+4	LS 1+2	EK 3+4	LS 1+2	EK 3+4	LS 1+2	EK 3+4

... leider KEIN Training am Donnerstag ...

Adresse der Eishalle

PHS: Eishalle im Trainingskomplex Paul-Heyse-Str. 25, 10407 Berlin

Kursinhalte

Eiskunstlauf Trainingsinhalte sollten überwiegend im groben Bewegungsablauf bekannt sein, müssen nicht beherrscht werden.	Laufschule Die genannten Inhalte sollten überwiegend bekannt sein . Wir arbeiten überwiegend an der Bewegungsqualität und dem Laufen nach Musik arbeiten.
EK-1 + 2	LS-1 + 2
Standpirouette, Sitz-Pirouette, 3er-Sprung, Salchow, Toeloop, Rittberger, Flip, Lutz	Vorwärts- und Rückwärts Übersetzen, 3er, Ausfaller, Bremsen, Cross-roll rückwärts, Kantenwechsel/Schlangenbögen, Doppel-Dreier, Tippschritte
EK-3 + 4	LS 3 + 4
Pirouettenkombinationen Axel + Doppelsprünge	Choctaws, Wenden, Twizzles, u.v.m.

BTSC Sommereis 2015

Vereinsübergreifendes Gruppenfördertraining Breitensport Erwachsene

Mo, 27.07. bis Mi, 29.07.2014 + Fr, 31.07.2015

Kursgebühren

Kurs (4 TE) 40,00 €

Einzelstunde 12,00 €

Eine Einzelstunde kann nur kurzfristig bei freien Plätzen belegt werden.

Pro Trainer/in werden maximal 8 Sportler/innen auf dem Eis sein, pro Trainingseinheit sind maximal 3 Trainingsgruppen auf dem Eis.

Kursgebühren bitte bar vor Ort gegen Quittung bezahlen.

Infos zur Anmeldung

Anmeldung / Kursinfo:

Birgit Aust
birgit.aust@eiskunst-werkstatt.de
mobil: 0162 - 889 43 08

Deine Anmeldung kann per E-Mail als Word-/ pdf Dokument oder formlos erfolgen.
Auch in einer formlosen Anmeldung brauche ich die Informationen, die im Anmeldeformular erbeten sind.

Anmeldeschluss: So, 26.07.2015 um 14.00 Uhr

Die Anmeldebestätigung geht bis Montag vormittag raus.
Für die Belegung zählt der Eingang der Anmeldungen in meinem Mailpostfach.

BTSC Sommereis 2015

Vereinsübergreifendes Gruppenfördertraining Breitensport Erwachsene

Mo, 27.07. bis Mi, 29.07.2014 + Fr, 31.07.2015

Anmeldeformular

Bringe bitte am ersten Tag dieses Formular mit Deiner Unterschrift mit.

Name:

Adresse:

E-Mail:
(wichtig für Teilnahmebestätigung)

Verein:

Tel. (mobil):
(wichtig für Infos über kurzfristige Planänderungen etc.)

Ich möchte an folgenden Kursen teilnehmen:

- | | | | |
|-----------------------|----------|-----------------------|----------|
| <input type="radio"/> | EK 1 + 2 | <input type="radio"/> | LS 1 + 2 |
| <input type="radio"/> | EK 3 + 4 | <input type="radio"/> | LS 3 + 4 |

Ich versichere, dass ich für einen etwaigen Unfallversicherungsschutz selbst Sorge tragen werde.

Unterschrift und Datum: _____