

7. Passauer Ruderherbst – am 18./19.11.2011

Fortbildungs-Symposium für Ruder-Trainer und Fachübungsleiter

Ort: Ruder-Zentrum bei Passauer Ruderverein, Innstrasse 123, 94036 Passau

Zeit: Freitag: 18.11.2011 von 18.00 – 21.15 Uhr

Samstag: 19.11.2011 von 08.30 – 18.30 Uhr

Lehrgangsleitung und Organisation: Klaus Würfl

Anmeldung über BRV-Geschäftsstelle – Fr. Lehmacher: lehmacher@ruderverband.de

Meldeschuß 15.09.2011 - Max. Teilnehmerzahl: 50 - Lehrgangsgebühr 50 Euro (Inbegriffen: Samstag Frühstück und Mittagessen – Nachmittag Kaffee)

Lehrgangsgebühren vor Veranstaltungsbeginn begleichen!

Lizenzverlängerung: Lizenz u. Datenschutzerklärung mitbringen – 5 Euro in bar

Referate – genauer Zeitplan folgt:

Dr. Achim Spechter:

Sportinternist und Radsporttrainer

Was kann ich meinem Masters-Herz noch zumuten?
Mastersherzen gesund trainieren....

Dr. Hans Graf:

Sportorthopäde und Ernährungsmed.

Kann ein ambitionierter Sportler vegetarisch leben?

Dr. Franz Held:

Bronze im 4x München 72
Leiter Sportfakultät Uni Passau

Ein Vergleich: Das Rudertraining zu Olympia 72 und
London 2012 – was hat sich geändert?

Gerhard Wenig

Bootswerft Wenig und Rudertrainer

Bootsbau – Bootstechnik – Bootseinstellungen
Theorie und Praxis

Dr. Detlev Schilling

Physiker und Rudertrainer

Alle Ruderherbstjahre wieder – Conconitest für Jeden
Ein einfaches Testverfahren ohne großen Aufwand

Machen „Big Blades“ – “Smoothies” wirklich schneller?

Thomas Thallmair

Dipl.-Sportlehrer und Rudertrainer

Wasser ist Leben – was man über Wasser wissen sollte

Sigrid Neusatz

Dipl. Kulturwirtin univ – Fach-ÜL

Vereinsmarketing – Mitgliedergewinnung – Mitglieder halten

Eva Kobor

Skilehrerin Nordisch

Crash-Kurs Nordic Walking – 1 Std. durch den Neuburger Wald

Änderungen vorbehalten. Sofern ein Referent ausfällt kann dieser ersetzt werden.

Unterrichtszeit: 15 Unterrichtseinheiten (je 45 min.)

Begrenzte Luma-Übernachtungsmöglichkeiten: Männer max. 20 Plätze – Frauen 10 Plätze

Hotel-/ Pensionsadressen folgen auf Wunsch mit der Meldebestätigung.

Klaus Würfl – klaus.wuerfl@t-online.de 0851-51061 fax 51085 mobil 0170-2344380

DRV-Ruderlehrer und B-Liz. Inhaber Leistungssport, Fitness-Coach, Fach-ÜL Lauf+Spielformen