



BSO TrainerInnen-Fortbildung

Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit von jugendlichen NachwuchsleistungssportlerInnen

Samstag, 1. September 2012, 10:00 - 17:30

Sonntag, 2. September 2012, 08:30 - 12:00

BSFZ Schloss Schielleiten bei Stubenberg am See

Veranstaltet von der Österreichischen Bundes-Sportorganisation (BSO)
mit Unterstützung des Sportministeriums.

EINLADUNG

Die Österreichische Bundes-Sportorganisation (BSO) und das Sportministerium laden Sie herzlich zur Teilnahme an einer TrainerInnen-Fortbildung ein.

THEMA

Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit von jugendlichen NachwuchsleistungssportlerInnen

INHALTE

Dick, unbeweglich, unsportlich?

Die allgemein verbreitete Meinung in Österreich lautet, dass die sportliche Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit unserer Jugendlichen stetig abnimmt. TrainerInnen und FunktionärInnen klagen über zu wenige und bewegungsunerfahrene NachwuchsleistungssportlerInnen. Zudem scheiden die wenigen Talente zu früh aus dem aktiven Leistungssport aus.

Doch wie schlimm ist es um unseren SportlerInnennachwuchs wirklich bestellt? Hat sich die Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit unseres Nachwuchses in den letzten Jahren wirklich verschlechtert oder muten wir unserem Nachwuchs aufgrund internationaler Leistungsstandards zu viel zu?

ReferentInnen aus dem In- und Ausland werden sich sowohl in Vorträgen als auch in praktischen Workshops diesem Thema widmen.

TERMIN

Samstag, 1. September 2012, 10:00 - 18:00

Sonntag, 2. September 2012, 08:30 - 12:00

ORT

BSFZ Schloss Schielleiten
8223 Stubenberg am See

PROGRAMM

Samstag, 01. September 2012

Ab

- 09:00 Uhr** **Anmeldung**
- 10:00 Uhr** **Begrüßung, Organisation**
HR Mag. Friedl Ludescher, Mag. Martin Domes
- 10:30 Uhr** **Belastungen und gefährliche Belastungsmechanismen im Sport**
Ass.Prof.Dr. Christian Haid (med. Uni. Innsbruck)
- 11:45 Uhr** **Neuronale Anpassung des kindlichen Organismus an Kraft- und sensomotorisches Training**
Prof.Dr. Albert Gollhofer (Uni Freiburg) bzw. Prof.Dr. Urs Granacher (Uni Potsdam)
- 13:00 Uhr** **Mittagspause**
- 14:30 Uhr** **Talentsicherung durch eine langfristig orientierte Belastungs- und Trainingsgestaltung**
Dr. Roland Werthner, BSPA Linz
- 15:45 Uhr** **Krafttraining im Nachwuchsleistungssport**
Mag. Andreas Vock, BSPA Wien
- 17:00** **Ende**
- 18:30** **Abendessen / Trainerabend**

PROGRAMM

Sonntag, 2. September 2012

(wenn möglich Trainingsanzug)

- 07:30 Uhr** **Frühstück**
- 08:30 Uhr** **Theoretische Beschreibung Praxis Workshops**
- 09:00 Uhr** **Praxis 1: Kraftparcours als geeignete Alternative**, Mag. Andreas Vock
Praxis 2: Strukturiertes Koordinationstraining, Dr. Roland Werthner
Praxis 3: Sportmotorische Diagnostik mit dem Talent-Diagnose-System
(angefragt)
- 10:00 Uhr** Wechsel der Gruppen
- 11:00 Uhr** Wechsel der Gruppen
- 12:00 Uhr** **Ende der Veranstaltung**

KOSTEN

Die Teilnahme an der Fortbildung ist kostenlos. Die Kosten der Übernachtung in der Höhe von ca. € 40,- sind selbst zu tragen. Anmeldungen mit Übernachtungswunsch werden erst dann gültig, wenn die Kosten der Übernachtung auf das BSO-Konto Erste Bank, 300010-37468, BLZ 20111 einbezahlt wurden. Bei Abmeldungen bis 27. August 2012 wird der einbezahlte Betrag zurück erstattet.

ANMELDE- UND EINZAHLUNGSSCHLUSS

Freitag, 24. August 2012

Wegen der begrenzten TeilnehmerInnenzahl werden Anmeldungen von staatlich geprüften TrainerInnen der Fachverbände vorrangig behandelt.

ANMELDEKARTE

Bitte bis zum 24. August 2012 an die BSO einsenden, faxen (+43/1/504 44 55-66) oder unter Angabe aller Anmeldeinformationen an veranstaltung@bso.or.at mailen.

Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit von jugendlichen NachwuchsleistungssportlerInnen

Verband / Institution / Organisation		
Name und Adresse		
Funktion		
Telefon / E-Mail		
Ich benötige ein Zimmer *	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
* Die Unterbringung erfolgt meist in Zwei- und Dreibettzimmern.		
Bevorzugte/r ZimmerkollegIn bei der Unterbringung in Zwei- bzw. Dreibettzimmern:		
Herr / Frau		

Anmeldebestätigung und Informationen werden eine Woche vor der Tagung versandt.



Österreichische Bundes-Sportorganisation

1040 Wien | Prinz-Eugen-Straße 12

Tel.: +43/1/504 44 55 | Fax: +43/1/504 44 55-66

www.bso.or.at | office@bso.or.at