

Einladung zur Trainer- u. Übungsleiterfortbildung  
zum Thema „**Neueste Erkenntnisse im  
Beweglichkeitstraining, sowie neue/alte Wege des  
Ausdauertrainings**“

- Termin:** Samstag, 31.10.15 - **Beginn** 9,00 Uhr **Ende** ca: 16,00 Uhr  
**Ort:** Pielachtalhalle, 3200 Ober-Grafendorf, Raiffeisengasse 9 (Durch die Ortschaft bis zur Bäckerei Hager –von St.Pölten kommend-, dann rechts abbiegen.)  
**Referent:** Mag. Andreas Vock  
**Programm:** 9,00-10,30 Uhr theoretischer Teil zum Thema „neueste Erkenntnisse im Beweglichkeitstraining“ im Seminarraum  
10,35-12,00 Prakt. Teil (Halle oder Freianlage)  
**Mittagspause**  
13,00 – ca 14,30 Uhr: Prakt. Teil zum Thema „Beweglichkeitstraining, sowie neue/alte Wege des Ausdauertrainings (Halle oder Freianlage)  
14,35 – 16,00 Uhr: theoretischer Teil, Diskussion, Schlussworte

Anmeldung bis Mo 26.10.15 bei  
Lehrwart OSR Alfred Janisch, 3161 St.Veit/Gölsen, Friedensiedlung 6  
Tel. 0664/73424145; Email: [janisch.alfred@aon.at](mailto:janisch.alfred@aon.at)  
Verspätete Anmeldungen können nur ausnahmsweise angenommen werden, sofern die Anzahl der Meldungen noch „verkräftet“ werden können!

**Bei Verhinderung bitte unbedingt abmelden!!!**

**Die Teilnahme an der Praxis (mit Sportkleidung und Hallenschuhen) ist erwünscht, ebenso ersuchen wir um Teilnahme von AthletInnen!**

