

EINLADUNG zur Ausbildung „Richtig Fit mit Nordic Walking“-

Nordic Walking, das schwungvolle Marschieren mit Armarbeit und Stockeinsatz, ist ein ideales Ganzkörpertraining in der Natur für Ausdauer, Kraft und Fitness. Dieser aus Finnland importierte Ausdauersport ist ein herrliches Konditionstraining für Jedermann, unabhängig vom Alter und dem persönlichen Leistungsniveau.

Der ASVÖ bildet seit mehreren Jahren Nordic Walking ÜbungsleiterInnen aus, die in ihren Vereinen Nordic Walking Treffs und geführte Touren anbieten.

Termin

28. -29. April 2012

Beginn Samstag um 09.00 Uhr, Ende am Sonntag
um ca.16.00 Uhr

Ort

Universitätssportinstitut (USI)
Universitätsstrasse 63
9020 Klagenfurt



Zielgruppe

KursleiterInnen in ASVÖ Vereinen, TrainerInnen, SportwissenschaftlerInnen, LehrwartInnen, ...

Inhalte

- Theorie: Geschichte, Materialkunde, sportmedizinische und sportwissenschaftliche Aspekte, Didaktik/Methodik, Marketing, rechtliche Fragen
- Erlernen der Basistechnik mit Übungen, Mobilisation und Kräftigung
- Videoaufzeichnung und -analyse
- Technischschulung, Spielformen
- Lehrauftritt

TrainerInnen

ASVÖ Nordic Walking Instruktoren

Teilnehmerzahl

8 bis maximal 20 Personen

Zertifikat

Die AbsolventInnen erhalten nach Abschluss der Ausbildung ein Zertifikat „Richtig Fit Guide Nordic Walking“

Kosten

€ 64,- für „Fit für Österreich“-Qualitätssiegel-ÜbungsleiterInnen eines ASVÖ Vereines

€ 80,- für Mitglieder eines ASVÖ Vereines

€ 240,- für Nicht ASVÖ Mitglieder

Wir möchten darauf hinweisen, dass dieser günstige Kurspreis nur durch eine Förderung des Sportministeriums möglich ist! Diese Sonderkonditionen werden leider nicht auf Dauer geboten werden können!

Die Kurskosten müssen bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn auf unser

Konto Nr: 00617 590 500

BLZ: 12000

BANK AUSTRIA

mit dem Verwendungszweck „RF mit Nordic Walking, Kärnten 2012“ überwiesen werden.

Anmeldung

Anmeldung bitte bis **spätestens 13. April 2012** per e-mail, Fax oder Post an den ASVÖ Kärnten senden.

Mitzubringen

Nordic Walking Stöcke (falls vorhanden), Sportschuhe, witterungsgerechte Outdoortrainingsbekleidung

Informationen

Für weitere Fragen wenden Sie sich bitte an:

Mag. Mag. (FH) Katrin Dorfer

ASVÖ Kärnten-Projektkoordinatorin

Schleppe Platz 5/2/3, 9020 Klagenfurt

E: k.dorfer@fitfueroesterreich.at

W: www.asvoe-kaernten.at, www.fitfueroesterreich.at

T: 0463 - 51 41 46 - 1

F: 0463 - 51 41 46 - 5

M: 0664 - 28 48 402

ANMELDEFORMULAR zur Ausbildung
„Richtig Fit mit Nordic Walking“

28.-29. April 2012

Ort: Universitätssportzentrum (USI) Klagenfurt
Universitätstrasse 63, 9020 Klagenfurt

Bitte umgehend an den ASVÖ Kärnten, zH Katrin Dorfer
Schleppe Platz 5/2/3, 9020 Klagenfurt
Mobil: 0664/2848402, Fax: 0463/514146-5
e-mail: k.dorfer@fitfueroesterreich.at

per Fax, e-mail oder Post übermitteln

Name _____

Verein _____

Adresse _____

Geburtsdatum _____

Tel. Nr. / E-Mail _____

Ausbildungen/Erfahrungen im Sport (wenn vorhanden):

Ich leite ein „Fit für Österreich“ – Qualitätssiegel Angebot.

Wenn ja, Angebotsnummer: _____

Ich bitte um Leihstöcke – meine Körpergröße _____

Ich melde mich hiermit verbindlich zur Ausbildung an. Bei Abmeldung vom Kurs ab einer Woche vor Kursbeginn fallen 100 % Stornokosten an.

Die Kurskosten müssen bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn auf unser Konto bei der Bank Austria, **Konto Nr: 00617 590 500, BLZ: 12000**, mit dem Verwendungszweck „RF mit Nordic Walking - Kärnten 2012“ überwiesen werden.

Datum

Unterschrift