

POWERLIFTING Coach Education 2024

WANN // Freitag, 19. Juli 2024 17 Uhr bis Montag, 22 Juli 2024 16 Uhr

WO // Powerlifting Academy, Bürgermeister-Burgdorf-Straße 1, 31185 Söhlde

PREIS // nur 1399€ (inkl. MwSt.)

ANMELDESCHLUSS // 15. Februar 2024 (spätere Anmeldungen 1599€ inkl. MwSt.)

ANMELDUNG // headcoach@powerlifting-academy.de

INHALTE // 32 Unterrichtseinheiten

Biomechanik der KDK-Disziplinen (Technikleitbilder) // methodisches Erlernen der Techniken // Fehlererkennung und –korrektur // Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung des Trainings // Besonderheiten (Männer, Frauen, Senioren und Nachwuchs) // gezielter Einsatz des Trainingsmittelkataloges // korrekter Umgang mit dem Equipment // Sportartgerechte Ernährung und Supplemente // Körpergewichtsmanagement // Core Training // Injury-Management // didaktische Prinzipien // Kommunikation und vieles mehr

DEIN DOZENTENTEAM

Dr. Tamara Thomsen // Sportpsychologin, gehörte zur Classic Powerlifting Elite Deutschlands (466 DOTS Punkte) // ehemalige Jugendreferentin und Nationalkaderathletin des BVDK

Vanessa Maurer // Sportwissenschaftlerin (M.A.) Ernährungsberaterin und Inhaberin der Sport Science School // PL Beginner (437 DOTS Punkte)

Stefan Orth // Sportphysiotherapeut (MSc i.A.) // Praxisinhaber Bestphysis in Albstadt und Inhaber der Sport Science School // Spezialist im Bereich PL Injuries

Francesco Virzi // Ausbilder und Prüfer der ersten DOSB Lizenzen Kraftdreikampf in Deutschland (BVDK) und der Lizenzen in Kroatien (CPF) // erfolgreichster Bundestrainer in der Geschichte des BVDK (seit über 20 Jahren auf der internationalen Bühne der IPF unterwegs) // Coach der Coaches – hat bereits 3 Nationaltrainer ausgebildet