



BAKU

Bayerische Amateur Kickbox Union e.V.



Gefördert durch
Bayerisches Staatsministerium des
Innern, für Sport und Integration

Fachverband im
3LSV
BAYERISCHER LANDES-SPORTVERBAND e.V.



Trainerforum Leichtkontaktkickboxen

- Trainieren was, wofür, jetzt und in Zukunft? -

Übergeordnetes Ziel: gleichberechtigter Austausch aller Trainerinnen und Trainer, die SportlerInnen im LK betreuen, coachen und trainieren (wollen) mit Fokus auf disziplinspezifische (womöglich übergreifende) und inhaltsbezogene Aspekte zum technisch-taktischen Training.

Rahmenthemen der Diskussion:

- **Standortbestimmung mit Rückblick auf 2019:** Erfolge, Tendenzen & Entwicklungen
- **Moderne nationale Entwicklungen im Leichtkontakt:** Stile, Besonderheiten und nationale Konkurrenzsituation
- **Trainingsformen:** Wie trainiert man was? – Brainstorming für wettkampfnaher Trainingsformen taktischer Elemente im Leichtkontakt
- **Einbettung in den Rahmentrainingsplan:** Wo wird technisch-taktisches Training im Rahmentrainingsplan verortet und eingebettet?
- **Ausblick und Erwartungshaltung:** Wie kann man gemeinsam in eine Richtung arbeiten? Welche Erwartungen gibt es an den Landestrainer?

Worum es nicht (primär) geht: trainingswissenschaftliche Aspekte und detaillierte Trainingsplanung im Sinne einer Doppelperiodisierung (siehe hierfür: ÜL-Ausbildung)

Die Einreichung weiterer Themen per Mail ist jederzeit möglich.

Veranstalter: TV 1881 Altdorf e.V.

Wann: **Sonntag, den 2. Februar 2020**
Beginn 12.00 Uhr im Anschluss an das Ende des 1. Landeskaderlehrgangs LK 2020

Ort: Förderhalle Altdorf
Am Fallhaus 6
90518 Altdorf

Teilnehmer: Alle Trainer und Übungsleiter mit Interesse am Leichtkontakt-Kickboxen; Erfahrene Sportler.

Anmeldung: bis spätestens **26.01.20** per Email an LT Philipp Bitzenbauer:
philipp.bitzenbauer@fau.de **Teilnahme kostenlos.**
Themenvorschläge ebenfalls bis spätestens 26.01.20 per Email einreichen!

Haftung: Veranstalter sowie deren gesetzliche Vertreter und Erfüllungsgehilfen haften nur bei vorsätzlichem oder grob fahrlässigem Verhalten. Die Vereinsleiter versichern mit der Anmeldung, dass ihnen für alle Teilnehmer unter 18 Jahren eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten zur Teilnahme vorliegt.

Wir freuen uns auf einen bereichernden Austausch!