

- Ausrüstung:** Bitte mitbringen:
- **Nordic Walking Ausrüstung**
 - Wetterangepasste Sportbekleidung
 - Wechselwäsche, Hüttenschuhe, Hallenturnschuhe
 - Handtücher,
 - Herzfrequenzmesser (sofern vorhanden)
 - Schreibzeug, Trinkflasche, ...
- Ausbildungsinhalte:** - Siehe Curriculum DSV Walking Trainer
- Literatur:**
- **Gesundheitstraining**, Ludwig V. Geiger, BLV Sportwissen (Buchhandel)
 - DSV-Nordic Walking (DSV: www.ski-online.de)
 - DSV-Lehrbrief Nr. 5 (DSV: www.ski-online.de)
 - DSV nordic aktiv Ausbildungskonzept (DSV: www.ski-online.de)
 - Gesund ernähren und bewegen, Kräftigen und Dehnen
- Prüfung:**
- **Praxis-Prüfung:** Demonstration der verschiedenen Techniken
- Soft und Fitness-Technik**
- Lehrprobe (Lehrgespräch)**
- Theorie-Prüfung:** schriftliche Prüfung zu den im Ausbildungslehrgang und im Heimstudium behandelten Inhalten

Programm (evtl. Änderungen vorbehalten)

- | | | |
|-----------------|-----------|---|
| Freitag: | 17:30 Uhr | Anreise, Zimmerverteilung, Lehrgangseröffnung |
| | 18:30 Uhr | Abendessen |
| | 19:30 Uhr | Theorie (Materialkunde) |
| | 20:30 Uhr | Theorie (PP-Präsentation, Lehrvideo) |
| Samstag: | 08:00 Uhr | Frühstück |
| | 09:00 Uhr | Praxis: Warm up |
| | 09:30 Uhr | Praxis: Techniks Schulung |
| | 12:00 Uhr | Mittagessen |
| | 13:00 Uhr | Praxis: Techniks Schulung |
| | 16:15 Uhr | Kaffeepause |
| | 16:45 Uhr | Theorie: Prüfungsvorbereitung (Selbststudium) |
| | 18:00 Uhr | Abendessen |
| | 19:00 Uhr | Theorie: Didaktik u. Methodik, Themenvergabe Lehrproben |
| | 20:30 Uhr | Prüfung: Theorie (Klausur, 45 Minuten) |
| Sonntag: | 08:00 Uhr | Frühstück |
| | 09:00 Uhr | Praxis: Lehrproben, Technikverbesserung |
| | 12:00 Uhr | Mittagessen |
| | 13:00 Uhr | Prüfung: Technik |



15:00 Uhr Abschlussbesprechung
ca. 16:30 Uhr Abreise

Versicherung/Haftung:

Jeder Teilnehmer muss ausreichend versichert sein.

Der Veranstalter (NSV) lehnt jegliche Haftung bei Unfällen, Personen- oder Sachschäden ab.

Der NSV empfiehlt den Abschluss einer DSV-Versicherung. Infos dazu unter www.ski-online.de
Skiversicherungen.

gez. Dieter Lühning

Leiter NW- Ausbildungszentrum CLZ

.....
Anmeldung: Name: _____ Vorname: _____ geb. Datum _____

Str.: _____ PLZ: _____ Ort: _____ Tel. _____

E-Mail: _____ Handy: _____

Verein: _____ Institution: _____ Behörde: _____

Ort: _____ Unterschrift: _____ Stempel: _____



Leki

