

## Refresher-Kurs in Frankfurt

| Programmablauf   |                                      |
|--|--------------------------------------|
| Inhalt   |                                      |
| <p>Je nach Situation und Informationsbedarf können folgende Themen beim Refresher-Kurs behandelt werden:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Besprechung verschiedener Probleme der bisherigen Arbeit</li><li>• Diskussion mit Ansätzen zur Problemlösung*</li><li>• Handouts und Hilfestellungen</li><li>• Stellenwert der Sport- und Bewegungstherapie</li></ul> <p>Darüber hinaus wird beim Refresher-Kurs auf folgende Punkte jeweils in Theorie und Praxis eingegangen:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ausdauertraining*</li><li>• Krafttraining*</li><li>• Beweglichkeitstraining*</li><li>• Koordinationstraining sowie*</li><li>• Gestaltungsmöglichkeit einer Kursstunde*</li></ul> <p>Weitere Sonderpunkte können im Rahmen einer geführten Diskussion erarbeitet werden.</p> |                                      |
| Zeitliche Übersicht  |                                      |
| <b>Samstag, 18.12.2021</b>   | Beginn: 10:00 Uhr<br>Ende: 20:30 Uhr |
| <b>Sonntag, 19.12.2021</b>   | Beginn: 8:30 Uhr<br>Ende: 14:30 Uhr  |
| zeitliche Änderungen vorbehalten   |                                      |
| * Die Punkte entsprechen den vom DBS geforderten 15 Unterrichtseinheiten für einen Refresher-Kurs.   |                                      |

### Lehrgangsleitung

Frau Michaela Frisch

### Lehrgangsort

Sport- und Bildungsstätte des Landessportbundes Hessen  
Otto-Fleck-Schneise 4  
60528 Frankfurt am Main  
Tel.: 069/ 67 89-400  
[www.sport-in-hessen.de](http://www.sport-in-hessen.de)