

# C-Lizenz-Trainerlehrgang in Arnsberg

**Termin:** 31.03.2019 von 10:00 Uhr – 17:00 Uhr – 8 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten mit Mittagspause

**Lehrgangsort:** Rundturnhalle, Promenade 12 (Anfahrt/Navigation über Feauxweg), 59821 Arnsberg

**Thema: Grundlagentraining für E- und D-Jugend in Abwehr und Angriff**

- Coach the Coaches (Spielerische Aufwärmen, Motorik, Koordination, Kräftigung mit eigenem Körpergewicht)
- Grundlagentraining Abwehr: Manndeckung – aktiv den Ball angreifen (Übungen und Spielformen)
- Von der Manndeckung zur Raumdeckung
- Individuelle Schulung (1gegen1 mit und ohne Ball)

für mehr Informationen hier klicken.