

„Fit in der Feuerwehr“ – ein Seminar der Unfallkasse BW

Termin: 29./30. September 2016

Beginn: 1. Tag 10.00 Uhr

Ende: 2. Tag ca. 16.00 Uhr

Veranstaltungsort: Sportschule Albstadt-Tailfingen (Zollernalbkreis)

Zielgruppe:

Sportbeauftragte der Feuerwehren – Multiplikatoren für Feuerwehrsport

Beschreibung des Seminars:

„Fit For Fire Fighting“ – die Aktion hat das Bewusstsein für den Sport in und für die Feuerwehr geschaffen.

Das Leitbild „Sport und Feuerwehr“ soll noch tiefer in der Feuerwehr verankert werden. Im Seminar werden Möglichkeiten aufgezeigt, Feuerwehrleute mit Spaß und Spiel zu mehr sportlicher Betätigung zu führen.

Themen:

- ❖ Schnelligkeitstraining – was ist zu beachten!
- ❖ Trainings- und Übungsbeispiele in den Bereichen Kraft und Koordination
- ❖ Schwimmtraining richtig anleiten
- ❖ Ausdauertraining richtig gestalten

Sonstige Angaben

Die Seminarkosten, sowie die Kosten für Unterkunft, Verpflegung und Fahrtkosten (für je eine Hin- und Rückfahrt) werden von der Unfallkasse Baden-Württemberg übernommen. Wir gehen davon aus, dass die Teilnehmer übernachten. Die Zimmerreservierung (Zweibettzimmer) wird von uns automatisch mit der Anmeldung vorgenommen.

Wir würden uns freuen, wenn wir Sie bei diesem Seminar begrüßen könnten. Wir bitten um schnellst mögliche Rückmeldung. Die Teilnehmerzahl ist auf 25 Personen begrenzt. Die Belegung entscheiden wir nach dem Eingang der Anmeldungen.

Anmeldung online unter www.ukbw.de (Service - Seminare - Feuerwehr).

Mitzubringen: Sportkleidung für drinnen (Sportschuhe mit hellen Sohlen) und draußen,
sowie Schwimmbekleidung

Anzugsordnung: zivil

Wir freuen uns auf Sie!

Frank Obergöker, UKBW
Stuttgart, 13.07.2016