

REFERENTEN

DR. SASCHA SCHWINDLING

SPORTWISSENSCHAFTLER AM
INSTITUT FÜR SPORT- UND
PRÄVENTIVMEDIZIN AN DER
UNIVERSITÄT DES SAARLANDES



FEDERICO MOIANA

BALLETTRAINER BEIM
SAARLÄNDISCHEN TURNERBUND
PROFESSIONELLER TÄNZER BEIM
SAARLÄNDISCHEN STAATSTHEATER



WALDEMAR EICHORN

A - TRAINER GTM
CHEFTRAINER BEIM
SAARLÄNDISCHEN TURNERBUND



VALENTIN POTAPENKO

A - TRAINER GTM
TRAINER BEIM SAARLÄNDISCHEN
TURNERBUND UND DEUTSCHEN
TURNER-BUND



KOSTEN:
MIT GYMCARD / MITGLIED STB-VEREIN:
TAGESPREIS: 69€

OHNE GYMCARD / NICHTMITGLIED:
TAGESPREIS: 85€

MELDUNGEN UNTER: WWW.DTB-GYMNET.DE
ODER PER MELDEBOGEN
(BEARBEITUNGSGEBÜHR 5€)

LEHRGANGSNUMMER: 1502
MELDESCHLUSS: 13.09.2024

UMFANG: DIE FORTBILDUNG WIRD VOM DTB
MIT 8 LE ZUR A-B- UND C-LIZENZ
VERLÄNGERUNG ANERKANNT.

MAIL: BILDUNGSWERK@STB.SAARLAND
TELEFON: 0681 3879 - 234, ODER -235

KONTAKT:

CHRISTIAN WEIMER
C.WEIMER@STB.SAARLAND
0681 3879 - 231

UNSERE INTERNETSEITE:



29.09.2024

MINI COACHES CORNER SAARBRÜCKEN



MINI - COACHES CORNER

09:30 UHR IMPULSREFERAT

SASCHA SCHWINDLING (SPORTWISSENSCHAFTLICHES INSTITUT)
ERFOLGREICHE SPORTLER DENKEN, HANDELN UND SIND
JENSEITS DER NORM

SPORTCAMPUS SAAR

10:00

“KRAFTRAINING”

-
11:30

SASCHA SCHWINDLING

11:45

VERZAUBERTE ELEGANZ
“ZEIG HALTUNG” IM
GERÄTTURNEN

-
12:45

FEDERICO MOIANA

13:30

“SPRUNG” ÜBERSCHLAG &
YURSCHENKO

-
15:00

WALDEMAR EICHORN
VALENTIN POTAPENKO

15:00

“AKRO”
RÜCKWÄRTSAKROBATIK

-
16:30

WALDEMAR EICHORN
VALENTIN POTAPENKO

Krafttraining

Warum ein zusätzliches Krafttraining im Gerätturnen Sinn macht!

Verzauberte Eleganz

Ohne Spannung geht es nicht!
Haltungsschulung mit Ursprung aus dem klassischen Ballett. Wir schauen über den Tellerand!

Sprung

Handstandüberschlag als Basiselement für Überschlagsalto. Der methodische Weg zum Yurschenko mit Salto.

Akro

Von den Grundlagen der Rückwärtsakrobatik zum Salto mit doppelter Breiten- und längsachsendingung.



TERMIN - TIPP: GYMMOTION

GYMMOTION 
DIE FASZINATION DES TURNENS

ATMOSPHERE



05. DEZEMBER 2024

IN DER SAARLANDHALLE
SAARBRÜCKEN