

## Mitteilungen des LV Hessen September 2017

Liebe Mitglieder des LV Hessen,

Ende des Monats September, am 30.09.2017, findet unsere diesjährige Jahreshauptversammlung in Grünberg statt.

Dabei ist auch am Morgen ein Fortbildungslehrgang mit Referentin *Christiane Barton*. Info: [www.dslv-hessen.de](http://www.dslv-hessen.de)

Der Lehrgang zur JHV hat den Titel: „*Funktional Training*“

In dieser Fortbildung lernen Sie die fundamentalen Bewegungsmuster kennen, die jedem Training zu Grunde liegen. Egal wo und für welchen Zweck. Ob für Ihren Unterricht oder als Upgrade Ihres eigenen Trainings. Wir erklären sowohl biomechanische Details der Bewegungsmuster als auch methodisch didaktische Regressionen und Variationen. Sie lernen sowohl das Konzept der vier Säulen der Stabilität (Core, Hüfte, Schultern, Fuß) als auch ein großes Arsenal an Tools, um die Bewegungsmuster Ihrer Schützlinge nachhaltig zu verbessern. Lernen Sie zu verstehen, was „Funktional Training“, fernab von jedem Hype, wirklich bedeutet! Lernen Sie, wie man Athleten des Alltags formt.

Weiter ist im Fortbildungsbereich der Lehrgang „*Auffrischung der Rettungsfähigkeit*“ vom Lehr-Team um Michael Geib am 10. November 2017 in Dieburg ausgeschrieben worden. Dieser ist bereits auf unserer Homepage [www.dslv-hessen.de](http://www.dslv-hessen.de) veröffentlicht. Anmeldungen bitte über [info@dslv-hessen.de](mailto:info@dslv-hessen.de). Es wird der letzte von und mit Michael Geib sein.

Bereits in den Mitteilungen Juli 2017 wurde die Einladung für die diesjährige Jahreshauptversammlung in Grünberg am 30. September 2017 veröffentlicht. Bitte merken Sie sich diesen Termin vor und versuchen Sie ihn wahrzunehmen. Pensionäre werden noch extra angeschrieben.

Hans Nickel