BDFL-Verbandsgruppe Nordrhein

HERZLICHE EINLADUNG

zur Teilnahme an der **Regionalen Fortbildungsveranstaltung** der **BDFL-VG Nordrhein** am **Montag, 13.11.2023 um 14.00 Uhr** in der **Sportschule Duisburg-Wedau, Friedrich-Alfred-Straße 15, 47055 Duisburg.**

Maximale Anzahl der Teilnehmenden: **60** Lerneinheiten (LE): **5**

Programm

Zeit	Programmpunkt	Theorie/ Praxis, Ort
14.00 Uhr	**Begrüßung und Einführung: Neues aus dem BDFL und der VG Nordrhein** Dr. Gerd Thissen (Verbandsgruppenvorsitzender Nordrhein)	Theorie
14.30 Uhr	**Progressive Entwicklung der Schnelligkeitsausdauer (VO2max) und Belastungssteuerung mittels Pendelläufe im Fußball** **Marco Henrichs** (Athletik-Trainer, mh-sportsacademy)	Theorie
16.00 Uhr	**Pause** (Kaffee, Kuchen, Getränke usw. können im Sport-Café erworben werden!)	
16.30 Uhr	**Conditioning-Spielformen – Trainingsintensität nachhaltig steigern** Julian Hasselberg (Cheftrainer U15 RW Essen, DFB-A-Lizenz-Inhaber)	Theorie
17.00 Uhr	**Conditioning-Spielformen – Trainingsintensität nachhaltig steigern** Julian Hasselberg (Cheftrainer U15 RW Essen, DFB-A-Lizenz-Inhaber) Demo-Gruppe: U15 RW Essen	Praxis
18.00 Uhr	**Abschluss und Auschecken zur Festschreibung der 5 Lerneinheiten**	

Fortbildungsleitung
Dr. Thissen, Mauritz, Reiter, Seibert, Vossen

Hinweis:
Die Registrierung vor Ort erfolgt digital. Wir bitten, dazu die BDFL-Mitgliedskarte mitzubringen oder den persönlichen QR-Code (abrufbar im Mitgliederbereich der BDFL-Homepage) auf dem Smartphone bereitzuhalten. Nicht-Mitglieder halten bitte den QR-Code auf dem Smartphone bereit (abrufbar im Login-Bereich der BDFL-Homepage).

Dr. Gerd Thissen (Verbandsgruppenvorsitzender Nordrhein)
Mobil: **0170/4702951** Email: **thissen@bdfl.de**

PREMIUM-PARTNER DES **BDFL**
DEUTSCHER FUSSBALL-BUND PUMA
PARTNER DES **BDFL**
Athletic Sport Sponsoring ICH BIN DEIN AUTO hudl TEAMSPORTBEDARF.DE