



Athletik-Workshop mit dem Bundestrainer Athletik Janosch Emonts (DHB)

- Wann:** Freitag, den 21. Januar 2022
- Wo:** Horst-Korber Sportzentrum, Glockenturmstrasse 3-5, 14153 Berlin (Treffpunkt Foyer)
- Ablauf:**
- 16:30 – 17:30 Uhr
(Seminarraum) Treffen der Hockey- und Athletiktrainer:innen zum Austausch über die Betreuung von Kaderathleten: innen
- 17:30 – 18:30 Uhr
(Sporthalle) Athletiktraining in der Praxis mit Janosch Emonts
für alle Athletik- und Hockeytrainer:innen im Leistungssportbereich
- 18:30 – 20:00 Uhr
(Sporthalle) Vorstellung Athletikkonzept des DHB – Austausch und Diskussion
- Inhalte:**
- Anforderungsprofil Athletik im Hockey
 - Langfristiger Trainingsaufbau
 - Angemessenes Aufwärmen im Nachwuchs
 - Leistungsdiagnostik, Belastungssteuerung und -verträglichkeit
 - Fragen aus dem Trainingsalltag

Hygienekonzept

Die Veranstaltung findet unter Berücksichtigung der Regelungen der Infektionsschutzverordnung des Landes Berlin sowie des Hygienekonzeptes des Berliner Hockey-Verbandes und der für das Horst-Korber-Zentrum zuständigen Olympiaverwaltung statt. Bitte beachten Sie, dass die Regelungen kontinuierlicher Aktualisierung unterliegen und immer die dann aktuelle Fassung gültig ist.

Anmeldung bitte per Mail unter Angabe von Name und Verein an: BHV@BerlinHockey.de

