

### C-Trainer\*innen-Fortbildung 3 2025

**Datum:** 19.-21.09.2025

**Ort:** Sportschule Albstadt (Vogelsangstraße 21, 72461 Albstadt)

**Referent:** Florian Winniger

**Thema:** Langfristige Trainingsplanung und kurzfristige Trainingsstrukturierung - Wie schaffen wir ein abwechslungsreiches Training mit vielen Wiederholungen?

**Beschreibung:** In dieser Fortbildung geht um Möglichkeiten zur abwechslungsreichen Trainingsgestaltung für verschiedene Altersgruppen und eine sinnvolle langfristige Trainingsplanung. Kernidee ist es, jeden Trainingsteil maximal sinnvoll zu nutzen und so abwechslungsreich möglichst viele Wiederholungszahlen im Training zu schaffen.

**Anmeldung:** Anmeldefrist ist der **20.07.2024**. Die Anmeldung für Fortbildungen erfolgt über das nuLiga-Portal. Weitere Informationen sind unter <https://bwbv.de/2024/03/13/trainerinnenfortbildungen-2025/> zu finden.

**Gebühr:** 100,00€/Teilnehmer\*in (120,00 € für Teilnehmer\*innen aus Nicht-Mitgliedsvereinen)

Diese Fortbildung richtet sich an alle C-Trainer\*innen in Baden-Württemberg und dient mit 15 LE zur vollständigen Verlängerung einer C-Lizenz.