

Co- Trainer- Schein

Sie wollen

- als Co-Trainer beim Training einer Mannschaft helfen?
- mehr über die Sportart Volleyball wissen?
- später einmal selbst ein (Jugend-) Team trainieren?

Wir zeigen Ihnen

1. wie die Grundtechniken des Baggerns und Pritschens »funktionieren« und Fehler erkannt und verbessert werden können.
2. wie man ein Aufwärmprogramm organisiert und es mit kleinen Spielen, Dehn- und Kraftübungen interessant gestaltet.
3. wie man Trainertechniken anwendet, damit ihr eure Mannschaften in Abwehr und Angriff trainieren könnt.
4. wie man seine Mannschaft im Wettkampf motiviert, eine Auszeit sinnvoll nutzt und den Gegner »auspioniert«.

Voraussetzungen

Sie sind

- 14 Jahre alt
- aktives Mitglied in einem Volleyballverein des WVV

Preis

- 31,00 Euro