

Weiterbildungskurs 25./26. September 2021

Zeit:	Samstag 8:30 Uhr bis Sonntag 14:00 Uhr (inkl. Grillspass und Übernachtung)	Kurskosten:	1 Tag SOTV 50 Fr. 2 Tage SOTV 90 Fr.
Ort:	Sportzentrum Willisau, 6130 Willisau		1 Tag (ausser kant.) 90 Fr.
Leitung:	aus den Ressort und Fachgruppen des SOTV & Experten aus spez. Sportarten		2 Tage (ausser kant.) 130 Fr.



Solothurner
Turnverband

Anmeldung: <https://forms.gle/RMkZW7Eu8SeRPFaig>
(Link zu google-Formular)

	Wahllektion A	Wahllektion B	Wahllektion C	Wahllektion D
08:30 - 09:00	Kurseröffnung			
09:00 - 10:00 Block 1	J+S MF Turnen Verbandsnews	Aufwärmen! verschiedene Formen		Jumpin Begrüssung Anforderung an LeiterInnen
10:05 - 11:05 Block 2	J+S MF Turnen Gymnastik 4 Handlungsfelder	Unihockey Vom Training zum Spiel	Judo Aufbau und Umsetzen (2 Lektionen)	Jumpin Spiele
11:15 - 12:15 Block 3	J+S MF Turnen Spiel	(Jazz-) Tanz		
12:15 - 13:30	Mittagessen			
13:30 - 14:30 Block 4	Leichtathletik: Sprungtraining höher, weiter, ...	Handball	Swing/Lindyhop Tanz	Wurf-/Abschussspiele eine Spielesammlung
14:40 - 15:40 Block 5	J+S MF Turnen Leichtathletik	Schwingen Aufbau und Umsetzen (2 Lektionen)	Gymnastik Ideen für alle	Jumpin Geräteturnen
15:50 - 16:50 Block 6	J+S MF Turnen Geräteturnen			
16:50 - 17:00	Kursschluss J+S MF / Jumpin, Feedback			
ab 17:30	Apéro, Erfahrungsaustausch, Nachtessen am Grill			

07:30 - 08:15	Frühstück			J+S MF Kindersport Theorie
08:30 - 09:30 Block 7	Yoga Kraft und Beweglichkeit	Spieleallerlei kleine Spiele für Zwischendurch	Touch Rugby Von den Regeln zum Spiel (2 Lektionen)	J+S MF Kindersport Kindergerechtes einturnen
09:35 - 10:35 Block 8	Trampolin Aufbau und Umsetzen (2 Lektionen)	Leichtathletik Vom Sprint zur Pendelstafette		
10:55 - 11:55 Block 9		Calisthenics Trainieren mit dem eigenen Körpergewicht	Steinstossen/ Steinheben Nationalturnen	J+S MF Kindersport Leichtathletik vom Laufen zum Springen
12:00 - 12:40	Mittagessen			
12:40 - 13:40 Block 10	Beachvolley Aufbau und Spiel	Geräteturnen	Fitness Taebo	J+S MF Kindersport Gymnastik Geschichten, Rhythmus/Tanz
13:45 - 14:00	Kursschluss			

J+S MF Jugendsport:	verlängert J+S Anerkennung; Block 1-3, 5 und 6 obligatorisch
J+S MF Kindersport:	verlängert J+S Anerkennung; Block 7-10 obligatorisch
J+S Jumpin:	Einführung ins Leiten von Turnlektionen für angehende LeiterInnen; Block 1-3, 5 und 6 obligatorisch Der Jumpin-Kurs bietet eine gute Gelegenheit zukünftige Leiter(ab 14 Jahren) in die J+S-Kurse einzuführen. Es können erste Leiter-Erfahrungen gesammelt werden und es wird auf einen späteren J+S-Grundkurs vorbereitet. (Übernachtung und Besuchen weiterer Module am Sonntag ist ab 16 Jahren möglich.)
WBK:	freie Lektionswahl

Die anderen Lektionen können frei gewählt werden aus vielen verschiedenen Module, die neue Inputs und Ideen für eure Turnstunden bieten.

Der Kurs findet übers gesamte Wochenende inkl. Verpflegung und Übernachtung statt.

Am Samstagabend sitzen wir bei einem gemütlichen Nachtessen (selber zusammensteckbare Grillspieße) zusammen. Die Übernachtung in den Massenlagern des Sportzentrums ist organisiert. Dies bietet die Möglichkeit viele neue Inputs zu bekommen und sich mit LeiterInnen der anderen Vereine auszutauschen. Wir empfehlen wärmstens den Besuch des ganzen Wochenendes, es kann jedoch auch nur ein Tag besucht werden.