



E-Kader-Oberfranken 2012/2013

Zweiter Lehrgang: 24. November in Weißenstadt

30 Leichtathletik-Trainer mit C- und B-Lizenz aus dem BLV Bezirk IV Oberfranken und den angrenzenden Verbänden Oberpfalz und Mittelfranken haben sich bei einem Lehrgang in **Weißenstadt** unter Leitung von Landestrainer „Wurf“, Joachim Lipske, weitergebildet.

Parallel zum Übungsleiter-Seminar lief eine weitere Trainingsmaßnahme für den oberfränkischen E-Kader, der über 20 junge Nachwuchsathleten beiwohnten.

BLV-Trainer Lipske referierte über das Thema „Wurf und Koordination“. Dem theoretischen Teil folgten praktische Übungen, wobei insbesondere Wurf und Stoß mit dem Medizinball sowie die Videoanalyse Mittelpunkt standen.

Bezirks-Jugendwart Jürgen Griebhammer (LGF/TSV Großwendern) „bespaßte“ am Vormittag Mädchen und Jungen des E-Kaders mit turnerischen Momenten, während Landestrainer Lipske in Folge den Nachwuchs in verständlichen Lernschritten mit den nicht einfachen Bewegungsabläufen im Kugelstoßen und Diskuswerfen vertraut machte. Ein kurzer „Wettkampf“ mit Wurfpylonen diente dem Erlernen der Drehtechnik mit der Diskusscheibe. Für die Übungsleiter zeigte der Referent noch Beispiele von richtigen Hebetekniken.

Fakultativ gab der BLV-Trainer Lipske am Schluss der Fortbildung Einblicke in die Trainingsplanung einzelner von ihm betreuter Athleten und beantwortete Fragen aus den Reihen der Trainerschaft. Einem intakten Vereinsleben misst der für den Bereich „Wurf“ verantwortliche BLV-Trainer eine Schlüsselrolle bei.





Text und Fotos: Wilhelm Sörgel