

## Fortbildung für C-Trainer, B-Trainer Wurf, Sportlehrer, Assistenztrainer am 15.10.2016 in H o f

„Werfen in Theorie und Praxis“ war das Thema eines Fortbildungsseminars für C-Trainer, B-Trainer Wurf, Sportlehrer und Assistenztrainer des Bezirks Oberfranken im Bayerischen Leichtathletik-Verband in H o f . Bezirks-Lehrwart Thomas Neubert begrüßte dazu in der Lion-Turnhalle am Sigmundgraben insgesamt 24 Coachs aus 16 Vereinen, darunter auch Gäste aus Erlangen, Nürnberg und Würzburg.

Mit dem Kulmbacher Martin Ständner, DLV-A-Trainer und Ex-Bundes-/Landestrainer und Friedbert Walther (Hof), B-Trainer, ehemaliger Werfer, hatte der Bezirk zwei hochkarätige und exzellente Referenten aufgeboten.. .

Ständner kam in Begleitung der jungen Wurftalente Merlin Hummel und Jannik Voß, beide bayerische Meister im Hammerwurf (M14) bzw. Diskuswurf (A-Jugend), die als Probanden. praktische Beispiele demonstrierten und einzelne Lernschritte und methodische Wege zum Erlernen von Diskuswerfen, Hammerwurf und der Drehstoßtechnik im Kugelstoßen aufzeigten. Der Hofer B-Trainer Friedbert Walther führte mit einem allgemeinen, mehr wissenschaftlich fundierten Referat, in die Thematik des Werfens ein.

Training mit der Langhantel und praktisches Üben unter Anleitung der Referenten ergänzten im zweiten Teil das umfangreiche Lehrgangsprogramm. Martin Ständner gab darüber hinaus Anekdoten über Besuche von Werferhochburgen in Estland, Finnland, Russland und Ungarn zum Besten. .

Nach 8 Fortbildungsstunden zur Lizenzverlängerung waren die Coachs um viele neue Anregungen und Erfahrungen für die tägliche Trainingsarbeit in den Heimvereinen reicher.



### Trainer-Fortbildung des Leichtathletik-Bezirk IV Oberfranken in HOF

**Ganz links** Bezirks-Lehrwart Thomas Neubert (Hof)

**vordere Reihe** (sitzend) **von links die beiden Referenten** : B-Trainer Friedbert Walther (Hof) und DLV-A-Trainer Martin Ständner (Kulmbach) ; **Hintere Reihe** links außen die **beiden Probanden** Merlin Hummel und Jannik Voß

zusammen mit den ‚fortgebildeten‘ Trainern