

[A] Vom 7. in den 8. Grad ? Personal Coaching + Techniktraining

Kursnummer:	170739		
Ort:	DAV Kletterzentrum Berlin		
Unterkunft:	Berlin		
Vorbesprechung:			
Kursbeginn:	23.10.2017 (19:00 Uhr)	Kursende:	27.11.2017 (22:00 Uhr)
Anz. d. E.-Termine:	6		
Einzeltermine:	23.10. bis 27.11., 6x jeweils Montags, 19:00 bis 22:00 Uhr		
Preis:	90 Euro (Junior: 90 Euro)		
Zusätzl. Kosten:	Halleneintritte		
Leistungen:	Organisation/Ausbildung		
Inhalte:	<p>Ziel des Kurses ist die gezielte Ermittlung von individuellen Stärken, Schwächen und Potenzialen. Mithilfe von Video, Personal Coaching und Technikübungen werden wir uns intensiv mit Technik & Taktik beschäftigen, um letztendlich den Sprung in den nächsten Grad möglich zu machen.</p> <p>Unser Fokus liegt hierbei eindeutig auf der Verbesserung von Bewegungsmustern. Des Weiteren werden Themen wie z.B. Trainingslehre und Mentales Training eine wichtige Rolle spielen.</p> <p>Der Umfang des Kurses beträgt insgesamt 18 Stunden und ist auf sechs Tage verteilt. Es wird einmal wöchentlich eine Einheit von ca. drei Stunden absolviert. Die Termine sind immer Montags.</p>		
Anforderungen:	Die Teilnehmer sollten sicher im 7. Grad vorsteigen. z.B. 7- im Flash		
Schw.-bew. Technik:	0	Schw.-bew. Kondition:	0
Sonstiges:	-		
TNzahl:	3 bis 8		
alpenvereinaktiv.com:			
Ausbilder:	Robert Wünsche, Joshua Helmcke, Email: robert.wuensche@gmx.de		
Anmeldung:	Geschäftsstelle, bis 20.10.2017		

Deutscher Alpenverein Sektion Berlin e.V., Markgrafenstr. 11, 10969 Berlin
Sitz: Berlin, AG Charlottenburg, VR 1083 B

Tel. 030 / 251 09 43 | Fax: 030 / 25 29 99 89 | eMail: kurse@dav-berlin.de

Öffnungszeiten und Telefonservice:

Montag 14.00 - 19.00 Uhr | Mittwoch 14.00 - 19.00 Uhr | Freitag 09.00 - 14.00 Uhr