



Modul Fortbildung Pphysis (Modul Konditionstraining)

Weisung



Weisung «Modul Fortbildung Physis (Modul Konditionstraining)»

Einführung	Dieses Modul richtet sich sowohl an alle J+S-Leiter:innen Jugendsport Tennis sowie an jene, welche es als Wahlmodul zum Abschluss der J+S-Weiterbildung 1 besuchen wollen. Zudem wird die J+S-Anerkennung um zwei Jahre verlängert. Der Besuch dieses Moduls verleiht den Zusatz «Physis» der Anerkennung J+S-Leiter:innen. Sie erhalten Informationen über Fach- und Methodenkenntnisse. Mit dem Besuch dieses Kurses wird es Ihnen leichter fallen, spezifisches Konditionstraining in den normalen Tennisunterricht einzuplanen.
Zulassung	Swiss Tennis entscheidet aufgrund der Anmeldeunterlagen und der Reihenfolge des Eingangs über die Zulassung. Voraussetzung <ul style="list-style-type: none">• Mind. Leiterkurs J+S-Jugendsport• Vorrang haben J+S-Leiter:innen Jugendsport der Sportart Tennis
Dauer	Ein- oder zweitägig
Inhalte	Zweitägiges Modul Generelles Konditionstraining: insbesondere Schnelligkeit, Koordination, Ausdauer Orientiertes Konditionstraining: insbesondere Schnelligkeit, Koordination, Ausdauer Prophylaxen Training: Krafttraining für Kinder und Jugendliche mit dem eigenen Körpergewicht Eintägige Module <ol style="list-style-type: none">1. Trainingsplanung und Steuerung2. Spiel- und Gruppenformen im Konditionstraining
Dokumentation	Für Teilnehmer:innen <ul style="list-style-type: none">• Aktuelles MF Thema J+S Jugendsport/J+S Kartenset• Diverse Dokumente «Konditionstraining»
Sprachen	Deutsch und Französisch
Teilnehmer:innen	Minimum acht und maximum 24 Teilnehmer:innen
Qualifikation	Das Modul ist bestanden, sofern er vollständig besucht wurde. Dazu muss der Kursleiter bestätigen, dass der Teilnehmer als fähig erachtet wird.
Fortbildung	Gilt als Fortbildung für Leiter:in J+S-Jugendsport und Leiter:in J+S-Kindersport Die J+S Anerkennung wird um zwei Jahre verlängert
Zahlungsmodalitäten	Zweitägiges Modul CHF 340.00 inkl. Mittagessen Eintägiges Modul CHF 170.00 inkl. Mittagessen <ul style="list-style-type: none">• Swiss Tennis übernimmt keine Reise- und Unterkunftskosten• Die Kurskosten werden mit dem Kursaufgebot in Rechnung gestellt• Die Bezahlung der Rechnung berechtigt zur Kursteilnahme• Keine Erwerbsausfallentschädigung (EO)
Bemerkung	Das Modul Konditionstraining ist ein sportartübergreifendes Modul (Wahlmodul) auf der J+S-Stufe Weiterbildung 1.
Kursadministration	Swiss Tennis, Ausbildung/Entwicklung Patrick Käser, Administration Kids Tennis und Ausbildung Tel. 032 344 07 81, patrick.kaeser@swisstennis.ch, Roger-Federer-Allee 1, Postfach, 2501 Biel
Kursverantwortung	Swiss Tennis, Ausbildung/Entwicklung Michael Weyeneth, Verantwortlicher Trainer B, Tennislehrer und Erwachsenensport Tel. 032 344 07 77, michael.weyeneth@swisstennis.ch