

**Auf die Plätze, fertig, los!**

**Inhalt:** Der leichtathletischen Disziplin Sprint eilt im Schulsport oft der Ruf voraus, dass die Leistungen in der wenigen Übungszeit nur in geringem Maße verbessert werden können. In dieser Fortbildung werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie man Schnellkraftfähigkeit spielerisch verbessern kann und welche Übungsformen sich besonders zur Verbesserung der Reaktionsfähigkeit beim Start und zur Optimierung der Beschleunigungsphase eignen. Anschließend werden mögliche Stundenenden für einen freudvollen Abschluss erprobt und erörtert.

**Nr:** 23F1710358

**von:** 05.06.2024 | 15:15:00 Uhr

**bis:** 05.06.2024 | 17:45:00 Uhr

**Anmeldeschluss:** 16.05.2024

**Kapazität:** 25

**Einordnung:** Sport

**Veranstaltungsleiter:** Wirth, Tino

**Zielgruppe:** Lehrkräfte, Pädagogische Mitarbeiter, Seiteneinsteiger, LiV, Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst, Fachmoderatoren

**Veranstaltungsort:** Sekundarschule "Thomas Müntzer" Wernigerode  
Wernigerode

**Dozent:** Wirth, Tino

**Hinweis**

Sie erreichen die Webseite mit Ihrer Fortbildung, indem Sie die untenstehende Adresse in die Adresszeile Ihres Internetbrowsers eingeben und anschließend die "Entertaste" drücken.

[http://www.bildung-lsa.de/index.php?KAT\\_ID=15537&fortbildung\\_id=60946#f60946](http://www.bildung-lsa.de/index.php?KAT_ID=15537&fortbildung_id=60946#f60946)

Alternativ können Sie auch den nebenstehenden QR-Code mit Ihrem Handy scannen und die entsprechende Seite aufrufen.

