



ÖSTERREICHISCHER GEWICHTHEBERVERBAND

Kundmannngasse 35/2 /1, 1030 Wien / Tel + Fax: +43 (0) 1 749 70 61 / E: oegv@aon.at / www.gewichtheben.net / AT58 2011 1000 0002 2012 / ZVR-Zahl: 382905626

Wien, 18.01.2023

LEHRGANG AUSSCHREIBUNG TRAININGSLEHRGANG für Gewichtheben TECHNIK des Gewichthebens – 1.Jahreshälfte

TERMINE:	jeweils Sonntag	
29.01.2023	05.03.2023	07.05.2023
19.02.2023	02.04.2023	18.06.2023

Info: Jeder Termin ist ein abgeschlossener Trainingstag!

Ort / Adresse:

LZ NÖ St.Pölten, Dr. Adolf-Schärf-Straße 25, 3100 St.Pölten

Zielgruppe:

Nachwuchsatleten*innen, Anfänger, wenig Fortgeschrittene
Eingeladen werden maximal 8 Athlet*innen.

Lehrgangsleitung & Trainer*in:

Ausbildungsreferent Herbert Schandl; herbertschandl66@gmail.com; 0676 34 89 890

Organisation:

Anreise 09:30 – 10:00 Uhr / Training in 2 Einheiten ab 10:00 und ab 14:00 Uhr

Um das Mittagessen müssen sich die Teilnehmer*innen selbst kümmern. Es besteht die Möglichkeit, im LZ mittags zu essen.

Programm / Schwerpunkt:

Theoretisches und Praktisches für das Gewichthebertraining; Ergänzungstraining

Mitzubringen sind:

Trainings- & Aufenthaltsbekleidung, erforderliche Utensilien, Hygieneartikel, Trainingsaufzeichnungen, Schreibutensilien. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr!
Die Mitnahme einer E-Card ist verpflichtend, evt. FFP2 - Mund-Nasen-Schutz.

Teilnahmegebühr / Kosten: KEINE; Die Verpflegungskosten trägt der Athlet*in selbst.

Die Teilnehmer*innen müssen nicht in einem ÖGV Gewichtheberverein Mitglied sein, sollten aber Vorkenntnisse in der Materie mitbringen, d.h., die Grundzüge der Technik des Reißen und des Stoßens beherrschen.



ÖSTERREICHISCHER GEWICHTHEBERVERBAND

Kundmannngasse 35/2 /1, 1030 Wien / Tel + Fax: +43 (0) 1 749 70 61 / E: oegv@aon.at / www.gewichtheben.net / AT58 2011 1000 0002 2012 / ZVR-Zahl: 382905626

Ihre Anmeldung ist **bis spätestens 10 Tage vor der Veranstaltung** an das ÖGV-Sekretariat oegv@aon.at und an den Ausbildungsleiter Herbert Schandl herbertschandl66@gmail.com 0676 34 89 890 erbeten.

Bitte um rasche Anmeldung, da nur 8 Plätze vorhanden sind und diese immer schnell ausgebucht sind! Die Zulassung erfolgt in der Reihenfolge der Anmeldung.

TEILNAHME – ANMELDUNG:

TERMIN:	
NAME:	
Gewichtheber <u>VEREIN:</u>	
ADRESSE + PLZ + Ort:	
Geb. Datum:	
Handy Nr:	
E-Mail:	
Anmerkungen:	

Bitte zu beachten, die gesetzlichen COVID19 Vorschriften, je nach Verordnung zum Zeitpunkt der Kursdurchführung.

- Bezüglich COVID19, es gelten die derzeitigen gültigen gesetzlichen Vorschriften.

Es wird auch im Herbst weitere Kurse geben – bitte Ausschreibungen beachten!

Mit Sportgruß
Präsident Gerhard Peya



Ausbildungsleiter Herbert Schandl

Das Sportzentrum NÖ ist öffentlich sehr gut erreichbar.

Nach St.Pölten Hauptbahnhof mit ÖBB-Railjet, am Bahnhofvorplatz mit 15-Minutentakt Bus 3 und 7 zum Sportzentrum.

