



HAMBURGER AMATEUR-BOX-VERBAND E. V.

IM HAMBURGER SPORTBUND E. V.

Andreas Lahn Am Lehmberg 23 d 22143 Hamburg

1. Sportwart

Andreas Lahn
Am Lehmberg 23 d
22143 Hamburg
Tel.: (040) 648 920 99
Fax.: (040) 401 61 481
Handy : 0179 464 25 24
Email: andreaslahn@hotmail.com

Info

Hamburg , den 15. Dezember 2003

Trainerfortbildung „C+B“ 2004

Liebe/r Sportkamerad/in .

Die Trainerfortbildung „C+B“ wird an folgenden Tagen in der Sportschule „Sachsenwald“
Am Fuchsberg 1 ,21465 Wentorf statt finden :

Wir treffen uns in der Küche ab 8.00 Uhr - 8.40 Uhr zum Frühstück !

Samstag , 10.01.2004

<u>8.⁴⁵ - 9.⁵⁰ Uhr</u>	<u>Theorie : Korrektur TE / TA</u>	<u>H.- Hermann Rehr</u>	<u>1,5 UE</u>
<u>9.⁵⁰ - 10.⁰⁰ Uhr</u>	<u>Pause</u>		
<u>10.⁰⁰ - 12.⁰⁰ Uhr</u>	<u>Praxis : Grundlagentechnik</u>	<u>H.- Heinrich Freude</u>	<u>2,5 UE</u>
<u>12.⁰⁰ - 13.⁰⁰ Uhr</u>	<u>Pause Mittag</u>		
<u>13.⁰⁰ - 14.¹⁵ Uhr</u>	<u>Theorie : Wettkampfbestimmung DBV</u>	<u>Andreas Lahn</u>	<u>1,5 UE</u>
<u>14.¹⁵ - 15.³⁰ Uhr</u>	<u>Praxis : Grundlagentechnik</u>	<u>H.- Heinrich Freude</u>	<u>1,5 UE</u>
<u>15.³⁰ - 16.⁰⁰ Uhr</u>	<u>Pause Kaffee</u>		
<u>16.⁰⁰ - 18.⁰⁰ Uhr</u>	<u>Praxis : Grundlagentechnik</u>	<u>H.- Heinrich Freude</u>	<u>2,5 UE</u>
<u>18.⁰⁰ - 19.⁰⁰ Uhr</u>	<u>Pause Abendbrot</u>		

Sonntag , 11.01.2004

<u>8.⁰⁰ - 8.⁴⁵ Uhr</u>	<u>Pause Frühstück</u>		
<u>8.⁴⁵ - 9.⁵⁰ Uhr</u>	<u>Theorie : die Aufgaben des Übungsleiters</u>	<u>H.- Hermann Rehr</u>	<u>1,5 UE</u>
<u>9.⁵⁰ - 10.⁰⁰ Uhr</u>	<u>Pause</u>		
<u>10.⁰⁰ - 12.⁰⁰ Uhr</u>	<u>Praxis : Grundlagentechnik</u>	<u>H.- Heinrich Freude</u>	<u>2,5 UE</u>
<u>12.⁰⁰ - 13.³⁰ Uhr</u>	<u>Pause Mittag</u>		
<u>13.³⁰ - 15.³⁰ Uhr</u>	<u>Theorie : Leib-seelische Entwicklung</u>	<u>H.- Heinrich Freude</u>	<u>2,5 UE</u>

Der Kostenbeitrag inklusive Verpflegung (ohne Übernachtung) beträgt 27,- Euro .

Schreibzeug (WB) ,Sportzeug ... ,Turnschuhe und Boxhandschuhe (Prätzen , Tatzen) nicht vergessen !

Anmeldung bitte schriftlich an den oben angeführten Sportwart .

Änderungen vorbehalten !

Mit sportlichen Grüßen

Andreas Lahn