

Trainerweiterbildung 2012 Teil 1

Dieser Lehrgang richtet sich an alle aktiven und Interessierten Trainer und Lehrer aus dem Ki Tai Jutsu!

Ki Tai Jutsu haben wir aus Überzeugung gewählt!

KTJ ist ein offenes Selbstverteidigungssystem mit Ausrichtung auf den Breitensport. Dabei beschreiben die Adjektive „offen“ und „modern“ das Bestreben, neue Techniken und Strategien immer dann aufzugreifen, wenn sie für die Selbstverteidigung sinnvoll und effektiv erscheinen. Um den Trainierenden die bestmögliche Unterstützung zu geben und gleichzeitig den Trainingsbetrieb abwechslungsreich und interessant zu gestalten, ist es außerdem notwendig, neue Entwicklungen und Erkenntnisse der Trainingslehre in das Training einfließen zu lassen.

Ein Thema wird sein, wo erklärt wird, wo liegen bestimmte **Schwachpunkt am Körper**, die eine zierliche Frau z.B. anwenden kann, um größeren Personen das kämpfen schwer zu machen.

Motivation die unseren Schüler weiterhelfen kann, Techniken besser zu verstehen und sie verknüpfen zu ihrem Vorteil. Das ist unsere Aufgabe als Lehrer/Trainer.

Dieser Workshop soll unsere Ideen zusammenführen für einen Interessanten Unterricht. Angelehnt und **Einhaltung des Grundgerüsts im KTJ**, möchten wir offen Techniken besprechen und **Alternativen** finden. Wir möchten nicht die Techniken ändern, sondern sinnvoll erklären können. **KTJ** ist **KTJ** und eine andere Form ist / bleibt eine andere Form, aber alle haben sie etwas gemeinsam: „Es sind Kampfsportarten/Kampfkunstarten“.

Desweiteren möchten wir uns über ein Aufwärmtraining unterhalten, wie wer was gestaltet um seine Teilnehmer zu motivieren. Vorausgehend wird Torsten Wolf (Stützpunktleiter Ilmenau Thüringen) uns im Einzelnen den **Körper bzw. die Muskelgruppen** erklären. Torsten Wolf gibt wichtige Infos zur Anatomie und informiert warum ein gutes Warm-up so wichtig ist bzw. auf was besonders geachtet werden sollte

Also, ihr seht, Theorie und Praxis sind die Elemente die wir als eingeschworene KTJ – Gemeinde vereinen wollen.

Ein Erfahrungsaustausch außerhalb von Facebook und Mailverkehr

Da aus der Erfahrung heraus bekannt ist, dass die meisten zeitlich eingeschränkt sind, wird dies ein kompakter Tageslehrgang sein, sodass alle die Nacht dann wieder im eigenen (;-) Bett zu Hause verbringen können.

Dieser Lehrgang ist ein offizieller DKO Lehrgang und wird im DKO-Pass eingetragen (bitte mitbringen!)

Wann und Wo ? - Am 21.07.2012 in Hannover/Gleidingen bei Laatzen in der Turnhalle oder im kleinen

Trainingsraum von Andreas Sikorsky

Zeit?: von 10:00 Uhr bis ca. 18:00 Uhr mit kleiner Mittagspause

Kosten? Lizenznehmer: 25,-€ inkl. Getränke und Obst (Vorort zu bezahlen)
Trainer: 30,- € inkl. Getränke und Obst
Mitglieder bei Budobook.de bekommen 5,-€ Rabatt

Anmeldung direkt bei Andreas Sikorsky