



Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern, für Bau
und Heimat

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

DJK-OnlineCampus.

Neuroperspektive
Trainingslehre -
NeuroZentriertes
Bewegungstraining



19.06.2021



10:00-15:30 Uhr

Referent*in:
Beate Esch,
Hans-Peter Esch



NEUROKINETIK® - BEWEGTES GEHIRNTRAINING ZUR OPTIMIERUNG DER SPORTLICHEN LEISTUNG

Die physischen Komponenten sportlichen Trainings stehen im Mittelpunkt der klassischen Trainingslehre. Jede sportliche Bewegung hat jedoch auch ein neuronales Anforderungsprofil - das Gehirn und das zentrale Nervensystem steuern auf der Grundlage vielfältiger sensorischer Informationen alle körperlichen Funktionen und damit auch Bewegungsqualität und sportliche Leistungsfähigkeit.

In Orientierung an Struktur und Funktion des Nervensystems erweitert das neurozentrierte Bewegungstraining die Perspektiven der Gestaltung und Steuerung sportlichen Trainings: Zur Verbesserung der sportlichen Leistung werden Aufnahme und Verarbeitung von Informationen der Augen, des Gleichgewichtsystems und des Körpers gezielt trainiert.

Termin: Samstag, 19. Juni 2021

Zeit: Beginn: 10:00 Uhr
Ende: 15:30 Uhr

Kosten: Die Teilnahme ist für DJK-Mitglieder **kostenfrei!**

Lehrgangsinhalte: * Vermittlung kompetenzorientierte Grundlagen des neurozentrierten Bewegungstrainings in Theorie und Praxis

Referent*in: ***Beate Esch**, NeuroKinetik®-Ausbilderin, Sportreferentin
***Hans-Peter Esch**, NeuroKinetik®-Ausbilder, Sportreferent

Lizenzverlängerungslehrgang!

Diese Fortbildung kann mit 6 LE als Teil der Verlängerung von ÜL-C-Lizenzen anerkannt werden.

Teilnehmerzahl: 20 Personen (Sollten sich mehr Personen anmelden, entscheidet der Eingang der Anmeldungen!)

Anmeldungen: bis **spätestens 09. Juni 2021** unter
https://djk-sportjugend.meetingmasters.de/Neuroper-spektive_Trainingslehre/booking?request_locale=de

Bei unentschuldigter Nicht-Teilnahme erhebt der DJK-Sportverband eine Gebühr von 50 Euro. Eine Abmeldung im Nachhinein wird nicht akzeptiert. Dies habe ich gelesen und erkläre ich mich damit bei Anmeldung einverstanden.

Veranstalter: DJK-Sportverband
Zum Stadtbad 31,
40764 Langenfeld

Wir freuen uns auf Anmeldungen!

Antonia Hannawacker
Projektmanagerin DJK-OnlineCampus.
Email: campus@djk.de
Telefon: 0157/39640592