TURN-AKADEMIE

Zeitplan

DTB Turn-Talentschultrainerfortbildung

im Trampolinturnen

am 09.11.2025 in Stuttgart

DTB DEUTSCHER TURNER-BUND

Anschrift
Bundesstützpunkt Trampolinturnen
Fritz-Walter-Weg 11
70372 Stuttgart

Beginn: 09:00 Uhr

Ende: 17:00 Uhr

Geplante Themen:

1	Standardisierte Aufwärmprogramme für verschiedene Alters- und Leistungsgruppen	Michael Kuhn
2	Körperspannung, Körperhaltung: Trainingsprogramm, Blitzentspannung, Konzentrationsübungen	Michael Kuhn
3	Spielerische Trainingsformen	Rick Nadler
4	Bodenkomplexübungen mit entsprechender Vorbereitung/Grundlagen	Yewgenij Shermann, Michael Kubicka
5	Halte-, Sicherungs- und Fangtechniken	Yewgenij Shermann, Michael Kubicka

Bitte beachte, dass dies ein vorläufiger Zeitplan ist und sich kurzfristig noch Änderungen ergeben können!