



Methodikschulung Gerätturnen

EWTV - Schleifmühlgasse 23, 1040 Wien
Dienstag, 05. 09. - Donnerstag, 07. 09. 2017

Bei der diesjährigen VT- Fortbildung des ÖTB- Wien gibt es unterschiedliche Schwerpunkte:

- Methodik von Basiselementen – mit Zeit zum Üben von Helfen und Sichern
- Stundenbild für größere Gruppen
- VorturnerInnen- Forum

Kursinhalte

Dienstag, 5. 9. 2017 – Barren, Ringe, Pauschenpf.

18:00 – 19:15 Uhr Methodik Barren:

OA- Kippe i. Grätschs.	B
Rolle rw	B+O
Schwungstemme rw	B+O
Unterschwingung	

19:15 - 20:00 Uhr Methodik Ringe:

Senken z. Hang rl	B
Winkelhang geh/gestr.	B
Zugstemme	O
Schwingen	B+O
Überschlag vw	B+O

20:00 – 21:00 Uhr Meth. Pauschenpferd

Vorspreizen	B+O
Rückspreizen	B+O
Kreisspreizen 1 B.	B
Schere rw	B+O
Kreisflanke	B+O

Mittwoch, 6. 9. 2017 – Musterstunde, Sprung,

18:00 – 19:30 Uhr Stundenbild - größere Gruppen

Handstand, Rad, Rolle rw

19:30 – 20:00 Uhr Methodik Sprung:

Bücke
Radwende

20:20 - 21:00 Uhr Meth. Boden

Sprg. m. 1/1 Drg.	B
Spagat	B

2-tlg. Gymn. Sprungserie	O
Bogen vw/ rw	O
Kopfstütz- Überschlag	O

Donnerstag, 7. 9. 2017

18:00 – 19:00 Uhr Methodik Reck/ Stuba.:

Hüftabschwung	B
Hocke/ Hockwende	B
Sitzumschwung	B
Hüftumschwung vl vw	B+O
Ausgrätschen	O

19:00 - 19:30 Uhr Methodik Minitramp.:

Hocksalto m. ½ Drg.
Strecksalto

19:30 – 20:00 Uhr Methodik Balken:

2-tlg. Gymn. Sprungserie	O
1/1 Drg. (Pirouette)	B+O
Spagatsprung	B+O

20:00 - 21:00 Uhr VT Forum *)

*) VT Forum:

Stellt Fragen zu Problemen in Eurer Turnereinheit.
Hier werden gemeinsam Lösungen erarbeitet.
Bringt TurnerInnen bzw. Videos mit!

Auf das Aufzeigen von unterschiedlichen Ansätzen
zur Problemlösung wird besonderer Wert gelegt.

Anmeldung bis spätestens **Donnerstag, 31. 8. 2017** - mit **40 Personen begrenzte Teilnehmerzahl!** Reihung nach Einlangen der Meldungen

Kosten € 40,-/ Person für ÖTB-Wien-Mitglieder (ein Tag € 20,-)

€ 50,-/ Person für nicht ÖTB-Wien-Mitglieder

Referent Mag. Wolfgang (Beme) Neumayer