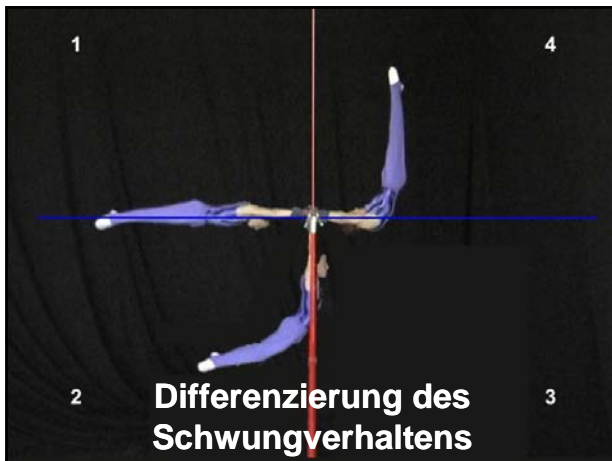




Differenzierung des Schwungsverhaltens



Schwung

Schwung = Rotation um eine externe Achse

Abschwung

Drehmoment = Kraft * Abstand

- Die Erdanziehungskraft gibt uns das nötige Drehmoment und die Beschleunigung beim Abschwung
 - Sie muss zeitlich möglichst lang wirken
 - Sie muss möglichst weit weg von der Drehachse wirken
 - Die Reibungskräfte müssen minimiert werden

Aufschwung

- Beim Aufschwingen muss der Körperschwerpunkt ausreichend nahe an die Drehachse gebracht werden

Ihr seid dran...

- Ran an die Geräte!

Zeitpunkt des Aushangs



Differenzierung des Schwungverhaltens

Das ist die andere Seite der Wahrheit



Differenzierung des Schwungverhaltens



Lust auf mehr?



Differenzierung des Schwungverhaltens

- Wenn ihr noch mehr erfahren und lernen möchtet, könnt ihr in den nächsten drei Folien bestimmt etwas Passendes für euch finden...

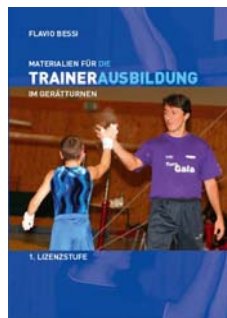


Materialien für die Trainerausbildung – Trainer C



Differenzierung des Schwungverhaltens

- Mit unzähligen Fotos und bewährten Praxis-Tipps!
- Dieses Buch deckt sämtliche Themen ab, die in der neuen Ausbildungskonzeption zum Trainer C des Deutschen Turner-Bundes vorgesehen sind.
- Verknüpftes Wissen aus der Praxis und der Sportwissenschaft: Ein Buch, das wissenschaftliche Ansprüche erfüllt, ohne die Praxis in der Halle aus dem Auge zu verlieren.
- Ein Muss für jeden Trainer C oder für diejenigen, die auf dem Weg dorthin sind.



Leseproben unter www.turnlehre.de

Materialien für die Trainerausbildung – Trainer B



Differenzierung des Schwungverhaltens

- Dieses Buch deckt auf die vom ersten Band bekannte Weise alle Themen ab, die in der neuen Ausbildungskonzeption zum Trainer B des Deutschen Turner-Bundes vorgesehen sind.
- Durch ein erlesenes Autoren kollektiv von Top-Experten des Gerätturnens (Bessi, Gerling, Gruhl, Hammer, Klaesberg, Knoll, von Laßberg, Sygusch, Weber) ist es gelungen, verknüpftes Wissen aus der Praxis und der Sportwissenschaft kompakt darzustellen.
- Ein Muss für jeden Trainer B oder diejenigen, die auf dem Weg dorthin sind.



Leseproben unter www.turnlehre.de

Freiburger Gerätturntage



Differenzierung des Schwungverhaltens

- Diese Lernveranstaltung wird in Zusammenarbeit zwischen dem Institut für Sport und Sportwissenschaft der Universität Freiburg und dem Badischen Turner-Bund durchgeführt.
- Umfang: 15 UE (Sie wird als bundesoffene Fortbildung zur Lizenzverlängerung aller Lizenzstufen anerkannt.)
- Termin: 03.-04.10.09
- Ort: Freiburg
- Anmeldung: fgtt@sport.uni-freiburg.de
- Informationen zum Programm, Meldeverfahren, freie Plätze, Organisation, etc... erhaltet ihr über die oben stehenden E-Mail-Adresse.

