Weisung
Modul Fortbildung Physis
(Modul Konditionstraining)

swisstennis

In diesem Dokument wird der Einfachheit halber bei der Bezeichnung von Personen und Funktionen jeweils die männliche Form verwendet. Die weibliche Form ist selbstverständlich immer miteingeschlossen.

Ausbildung
Biel, 28.11.2022 / pk

Einführung	Diese Module richten sich sowohl an alle J+S-Leiter Jugendsport Tennis, an jene, welche es als Wahlmodul zum Abschluss der J+S-Weiterbildung 1 besuchen wollen, sowie an diejenigen, die es als Wahlmodul im Rahmen der Trainer B Ausbildung belegen. Der Besuch des zweitägigen Moduls verleiht den Zusatz „Physis“ der Anerkennung J+S-Leiter. Sie erhalten Informationen über Fach- und Methodenkenntnisse. Mit dem Besuch dieses Kurses wird es Ihnen leichter fallen, spezifisches Konditionstraining in den normalen Tennisunterricht einzuplanen.
Zulassung	Swiss Tennis entscheidet aufgrund der Anmeldeunterlagen und der Reihenfolge des Eingangs über die Zulassung. **Voraussetzung:** • mind. Leiterkurs J+S-Jugendsport • Vorrang haben Leiter J+S-Jugendsport der Sportart Tennis
Dauer	**Ein- oder zweitägig**
Inhalte	**Zweitägiges Modul:** • Generelles Konditionstraining: insbesondere Schnelligkeit, Koordination, Ausdauer • Orientiertes Konditionstraining: insbesondere Schnelligkeit, Koordination, Ausdauer • Prophylaxen Training: Krafttraining für Kinder und Jugendliche mit dem eigenen Körpergewicht **Eintägige Module:** 1. Trainingsplanung und Steuerung 2. Spiel- und Gruppenformen im Konditionstraining
Dokumentation	**Für Teilnehmende:** • Broschüre Physis • Aktuelles MF Thema J+S-Jugendsport/J+S Kartenset • Diverse Dokumente „Konditionstraining“
Sprache	Deutsch und Französisch
Teilnehmende	Min. 8 Teilnehmende / Max. 24 Teilnehmende
Qualifikation	Das Modul ist bestanden, sofern es vollständig besucht wurde.
Zahlungsmodalitäten	**Zweitägiges Modul CHF 340.00 inkl. Mittagessen** **Eintägiges Modul CHF 170.00 inkl. Mittagessen** • Swiss Tennis übernimmt keine Reise- und Unterkunftskosten • Die Kurskosten werden per Mail in Rechnung gestellt.

	• Die Bezahlung der Rechnung berechtigt zur Kursteilnahme. • Keine Erwerbsausfallentschädigung (EO)
Fortbildung	**Gilt als Fortbildung für:** • Leiter J+S-Jugendsport • Leiter J+S-Kindersport Die J+S-Anerkennung wird um zwei Jahre verlängert
Bemerkung	Das zweitägige Modul Konditionstraining ist ein sportartübergreifendes Modul (Wahlmodul) auf der J+S-Stufe Weiterbildung 1.
Kursadministration	**Ausbildung** Patrick Käser Administration Kids Tennis und Ausbildung Roger-Federer-Allee 1 Postfach, 2501 Biel Tel.: 032 344 07 81 patrick.kaeser@swisstennis.ch
Kursverantwortung	**Leiter Ausbildung** Jürg Bühler Tel.: 032 344 07 43 juerg.buehler@swisstennis.ch