



Einladung 3. ÖFOL & Bundesheer

Trainerworkshop

“Lernen von den Besten”

Allgemeines Der ÖFOL und das Bundesheer laden alle persönlichen Athletenbetreuer, Vereinstrainer und Leistungssport Interessierte sowie aktive Sportler zum 3. Trainerworkshop in Seebenstein ein.

Christian Pfeifer wird mit einem Fortführung aus dem Vorjahr zu Themen aus der Sportpsychologie starten.

Den größten Teil des Workshops gestaltet Patrick Thoma. Er war über viele Jahre sowohl im Nachwuchs- als aus Elitebereich erfolgreich im Schweizer OL Verband tätig und hat viele Entwicklungen positiv mit gestaltet.

Zusätzlich bietet sich allen Teilnehmern in den Pausen die Möglichkeit, sich in einer gemütlichen Atmosphäre, untereinander auszutauschen, Idee einzubringen und eifrig zu diskutieren.

Datum: 09. bis 10. November 2018

Ort: HLSZ 11 Seebenstein
Alter Postweg 6
2824 Seebenstein

**Organisation/
Leitung** Martin Binder

Vortragende: Patrik Thoma (Ehemaliger Cheftrainer im Schweizer OL Nationalteam)
Christian Pfeifer (Sportpsychologe, <http://www.help2perform.com>)

Kosten: Kosten für Unterkunft und Verpflegung (Fr. Abendessen / Sa. Frühstück und Mittagessen) werden vom Bundesheer übernommen. An- und Abreise sind selbst zu zahlen. Achtung es gibt ein limitiertes Kontingent.

Programm: Siehe Tagesplan

Anmeldung: Bis spätestens 28. Oktober 2018 über ANNE
oder per Mail an Martin Binder: martin.binder@oefol.at

Auf dein Kommen freuen sich

Martin Binder
(ÖFOL Assistenztrainer)

Emanuel Braun
(Verbindungsoffizier Bundesheer)

Tagesplan

Zeitpunkt	Inhalt	Ort
Freitag 09.11.2018		
15:00-15:30	Einchecken	HSLZ 11
15:30-16:15	Abendessen	Speisesaal HLSZ 11
16:30-16:45	Begrüßung Emanuel Braun und Martin Binder	Seminarraum HLSZ 11
16:45-18:30	Christian Pfeifer (I) OL & Sportpsychologie	Seminarraum HLSZ 11
18:30-19:00	Pause	
19:00-20:30	Patrik Thoma (I) Das CH OL System Stärken, Schwächen und Vergleiche mit Österreich	Seminarraum HLSZ 11
Samstag 10.11.2018		
bis 08:15	Frühstück	Speisesaal HLSZ 11
08:30-09:30	Patrik Thoma (II) Leistungsentwicklung geeignete Rahmenkonzeption vom Nachwuchs hin zur Elite	Seminarraum HLSZ 11
09:45-11:30		Seminarraum HLSZ 11
11:30-13:00	Mittagessen	Speisesaal HLSZ 11
13:00-15:45	Patrik Thoma (III) Beispiele/Praxis zu Trainingslagern und einzelnen Trainings.	Seminarraum HLSZ 11
15:45-16:00	Abschlussrunde	Seminarraum HLSZ 11
16:00	Ende	Seminarraum HLSZ 11