

# TRAINER FORTBILDUNG

DER JSG BALINGEN-WEILSTETTEN



**SAMSTAG,**  
**11. JANUAR 2025**  
**9:00-16:45 UHR**

**ORT** SparkassenArena

**ANMELDEGEBÜHR** 80 € (inkl. Essen & Trinken)

**ANMELDUNG** bis zum 04.01. per E-Mail an:

[info@jsg-bw.de](mailto:info@jsg-bw.de)

# ABLAUFPLAN



- |                        |   |
|------------------------|---|
| <b>9:00-10:30 UHR</b>  | Markus Gaugisch<br>Thema: Kooperatives Abwehrspiel  |
| <b>10:45-12:15 UHR</b> | Micha Thiemann<br>Thema: Erwärmt und fokussiert – mit gezieltem Warm-Up mental & körperlich auf den Hauptteil vorbereiten |
| <b>12:15-13:30 UHR</b> | Mittagspause  |
| <b>13:30-15:00 UHR</b> | Tobias Hotz<br>Thema: Kooperatives Angriffsspiel – Rückraum & Außenspieler  |
| <b>15:15-16:45 UHR</b> | Tobias Thumm<br>Thema: Kooperatives Angriffsspiel – mit Kreisläufer gegen defensive Abwehrformationen                     |