

Speed Hiking Guide Ausbildung im Wechselgebiet

8.06. 2013 - 9.06. 2013 oder am 13.07.2013 -14.07.2013

Speed Hiking, die neue dynamische und sportliche Wanderform erobert auch Österreich. Wir garantieren Ihnen eine qualifizierte Ausbildung zum zertifizierten Speed-Hiking Guide nach den Richtlinien der Speed Hiking Organisation (SHO). Ausbildungsleiter ist Master Trainer Dr. Erwin Gollner. Die zertifizierte Ausbildung richtet sich an jene, die Speed-Hiking Kurse oder Touren anbieten möchten. Sie erfahren nicht nur die richtige Technikvermittlung sondern auch wie Sie Speed-Hiking Gruppen aufbauen und leiten können.

Das Seminar beinhaltet:

- Vortrag "Speed Hiking die sportliche Form des Wanderns"
- Speed-Hiking Technischulung (Geh- und Tritttechniken)
- Speed-Hiking Stocktechnik
- Speed Hiking Trainingsformen (Core-Training, Sypoba und Plymetrics)
- Grundlagen des herzfrequenzkontrollierten Trainings
- Testdiagnostik (2 km Walkingtest)
- Durchführung und Interpretation des Fitnessprofils
- Videoanalyse und Coaching
- Speed Hiking Ausrüstungs- und Materialkunde
- Speed Hiking Tourenplanung und Verhalten in der Natur
- Lehrauftritt Speed-Hiking
- Seminarunterlagen und Speed-Hiking Buch von Dr. Gollner
- Leihgebühr für Stöcke und Herzfrequenzmessgeräte während der Ausbildung
- Zertifizierung zum Speed-Hiking Guide Pool der SHO
- Ermäßigungsgutscheine der SHO-Poolpartner für Ausrüstung



Kurskosten: 2 Tage € 330,- pro Person

Zeit: 1. Tag: 9 bis 18 Uhr, 2. Tag: 9 bis 16 Uhr (20 Unterrichtseinheiten)

Termine 2013:

8./9. Juni oder 13./14. Juli

(die Speed Hiking-Einheiten werden im Wechselgebiet durchgeführt)

Anmeldung unter info@nwo.at

