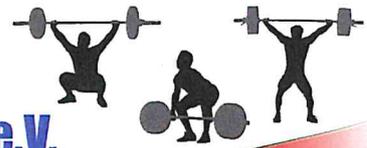


# Gewichtheber- und Kraftsportverband M/V e.V.



**- Das Präsidium -**

GKMV e.V.  
Neuer Weg 02 • 18230 Biendorf

Präsident des GKMVe.V.  
Christian Ditz  
Am Sandweg 3  
23923 Lockwisch

Kontakt  
ChDitz@gkmv.de

Unser Zeichen  
GKMV/DC.

Telefon  
0152/57686768

Datum  
13.07.2023

## **Ausschreibung – Weiterbildung – Trainer/ÜL - C - Gewichtheben**

An alle Mitgliedsvereine  
des Gewichtheber- und Kraftsportverbandes M-V e.V.,

Werte Sportfreundinnen und Sportfreunde,

im Namen des Präsidiums möchte ich Euch hiermit die Ausschreibung zur  
Weiterbildung / **Trainer/Übungsleiter – C – Gewichtheben** / übermitteln.

Die Weiterbildung findet komplett über ein E-Learning – Portal in Kooperation mit dem  
Lehrwart des Niedersächsischen Verbandes statt.

Der Zeitrahmen für die Durchführung des E-Learnings beträgt 10 Wochen und findet im  
folgendem Zeitraum statt:

**01.09.2023 – 12.11.2023**

Die Teilnehmer:innen bestimmen dabei eigenständig in welchen Zeitabschnitten sie die  
Unterrichtseinheiten absolvieren.

Anmeldung via Email an:

**ChDitz@gkmv.de**

Meldeschluss für die Teilnahme am E-Learning:

**13.08.2023**

Teilnahmegebühr:

**75 €**

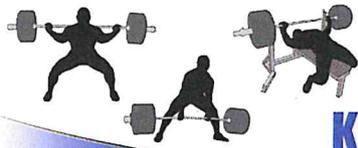
Die Teilnahmegebühr ist bitte bis Meldeschluss auf folgendes Konto zu überweisen:

**GKMV e.V.**  
**IBAN : DE06 1406 1308 0004 5454 78**  
**VR-Bank**

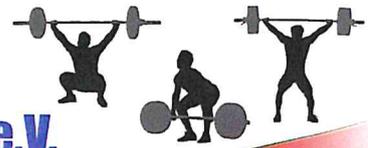
Bankverbindung:  
Volks- u. Raiffeisenbank Wismar  
IBAN: DE32 1306 1078 0004 5454 78  
BIC: GENODEF1HWI  
Gläubiger – ID.: DE66ZZZ00001405766

Mitglied im Bundesverband Deutscher Gewichtheber e.V.  
Mitglied im Bundesverband Deutscher Kraftdreikämpfer e.V.  
Mitglied im Landessportbund Mecklenburg Vorpommern e.V.

Telefon und Fax: 038294/ 79 16 9  
E-Mail: [info@gkmv.de](mailto:info@gkmv.de)  
Vereinsregister – Nr.: 30 02 2  
Ust-Nr.: 079/142/01041



# Gewichtheber- und Kraftsportverband M/V e.V.



- Das Präsidium -

GKMV e.V.  
Neuer Weg 02 • 18230 Biendorf

## Lehrgangsinhalte:

| Thema   | UE |
|---|----|
| Allgemeine Trainingsübungen                             | 5  |
| Anatomie, Physiologie, Ernährung (Grundlagen)           | 5  |
| Anti-Doping   | 3  |
| Biologische Entwicklung                                 | 3  |
| Leistungsvoraussetzungen (Grundlagen)                   | 5  |
| Methodik & Didaktik                                     | 4  |
| Trainingslehre (Grundlagen)                             | 7  |
| Verein / Verband  | 3  |
| Verletzung und Prävention                               | 4  |
| Biomechanik (Grundlagen)                                | 4  |
| Wettkampflehre  | 3  |
| WinWota (Software zur Trainingsplanung im Gewichtheben) | 4  |

Nach Anmeldung bekommt ihr zeitnah einen persönlichen Zugang für das E-Learning zur Verfügung gestellt.

Nach bestandener Prüfung sind die Zertifikate bitte in Kopie per Email bei mir einzureichen, damit eine Verlängerung der Lizenz erfolgen kann.

Die Maßnahme ist ausschließlich für Mitglieder des GKMV e.V. vorgesehen.

Wir wünschen allen Teilnehmer:innen einen erfolgreichen Abschluss.

Mit sportlichen Grüßen

Christian Ditz  
- Präsident GKMV -