



OÖTTV

Stundenplan TT-Übungsleiter 2019

Kursort: Alle Einheiten finden in der Landessportschule (Olympiazentrum) Oberösterreich statt

Adresse: Auf der Gugl 30, A-4021 Linz

Samstag 28. September 2019

08:30	Treffpunkt Landessportschule (Olympiazentrum) Oberösterreich	
09:00 – 10:30 (2 EH)	Individuelles Jugendtraining (spezifisches Einwurftraining)	Philipp Aistleitner
10:30 – 12:00 (2 EH)	Individuelles Jugendtraining (Einwurf)	Philipp Aistleitner
13:30 – 15:00 (2EH)	Individuelles Jugendtraining (TT- Grundübungen)	Philipp Aistleitner
15:00 – 16:30 (2 EH)	Individuelles Jugendtraining (Wettkampfspezifische-TT-Übungen)	Philipp Aistleitner
16:30 – 17:15 (1 EH)	Fragen und Problemstellungen	Philipp Aistleitner

Sonntag 29. September 2019

09:00 - 12:00 (4 EH)	Beweglichkeits-, Stabilisations-, und Gleichgewichtstraining sowie Sportprävention	Mag. Eva Lackner
13:30 – 15:00 (2 EH)	Einführung in die Sportpsychologie und Sportpädagogik	Mag. Stefan Aigner
15:30 – 17:00 (2 EH)	Regelkunde	Ing. Klaus Hofer

Samstag 09. November 2019

09:00 - 12:00 (4 EH)	Einstieg in das Kinder- und Jugendtraining (Schlägerhaltung und Grundtechniken)	Yuan Liu
13:30 – 15:00 (2 EH)	Beinarbeitstechniken im Tischtennis	Yuan Liu
15:00 – 16:30 (2 EH)	spezifische Beinarbeit und Schnittvarianten	Yuan Liu
16:30 – 17:15 (1 EH)	Fragen und Problemstellungen	Yuan Liu

Sonntag 10. November 2019

09:00 - 12:00 (4 EH)	Kinder- und jugendgerechtes Fitnessstraining: (Aufwärmen, Kraft, Schnelligkeit)	Mag. Mark Reinthaler
13:30 – 15:00 (2 EH)	Kinder- und jugendgerechtes Fitnessstraining (Koordination)	Mag. Mark Reinthaler
15:00 – 16:30 (2 EH)	Verbands- und Turnierstruktur	Mag. Michael Leonhartsberger
16:15 – 17:00 (1 EH)	Fragen und Abschluss	Mag. Michael Leonhartsberger

Es herrscht bei allen Unterrichtseinheiten Anwesenheitspflicht!

Änderungen im Stundenplan bleiben vorbehalten.

Für den OÖTTV

Mag. Michael Leonhartsberger

Philipp Aistleitner