

Montag

24.04.	Organisation / Einführungslauf		
08.05.	Cooper-Test / 45'-Lauf		
15.05.	<i>Lauf-ABC (Hi) / Trainingsmethoden (Theorie) & Laufeinheit (Dauermethode) (Hä)</i>	Krafft / Eberle	Frey / Blübaum
22.05.	<i>Stabilisation, Kraft für Ausdauersportler (Hi) / Lauftraining</i>	Miller / Manus	
29.05.	<i>Conconi-Test (Hä) / Laufen</i>	Merz / Marzina / Bosch / Stiesch	
12.06.	<i>Intervalltraining (Hä) / Cool-Down-Programm (Hi)</i>	Schmidt / Krell	Helfrich / Gelfart
19.06.	<i>Spielerische Ausdauer (1x 5./6. Klasse)(Hä)</i>	Hahn / Fastner / Hientzsch	Hofer/Bruder/Goetzinger
26.06.	<i>Radfahren (Hä) / Inlinen (Hi)</i>	Löbbert /	Hanke / Braun
03.07.	<i>Walking (Theorie & Test)(Hä) / Laufintensives Spiel (z.B. Ultimate Frisbee)</i>	Moch / Widmann	
10.07.	<i>Spielerische Ausdauer (1x 11.-13. Klasse)(Hi)</i>	Garcia / Amendy	
17.07.	Freies Lauftraining		
24.-28.07	Prüfungslauf		

WICHTIG: Die Ausarbeitungen sind spätestens Donnerstagnachmittag (15.30 Uhr) schriftlich bei dem/der jeweiligen/r Betreuer/in abzugeben!
 Inhalt der Ausarbeitung: Theoretischer Hintergrund, Stundenverlauf, eingesetzte Materialien, Literatur (Umfang 5-8 Seiten)
 Grundlage „Leitfaden für das Erstellen wissenschaftl. Arbeiten“

