

# Ausbildungskurs zum Tanner-Speed Lauftrainer

## Modul 1 / Basis

<b>Datum und Ort:</b>	Samstag, 15. März 2025 in Sempach, Restaurant Seeland
<b>Kursdauer:</b>	08.30 Uhr – ca. 12.00 Uhr
<b>Kursleiter:</b>	Hans Tanner, TANNER SPEED Lauftrainer
<b>Kurskosten:</b>	Fr. 90.- (inklusive einer T1 Junior Leiter à FR. 70.-) Wird am Kurstag bar eingezogen!
<b>Administration:</b>	Innerschweizerischer Fussballverband, Rüeggisingerstr. 29, 6020 Emmenbrücke, Tel. 041 259 06 65, Bühlmann Patrick <a href="mailto:buehlmann.patrick@football.ch">buehlmann.patrick@football.ch</a>
<b>Ausrüstung:</b>	Komplette Fussballausrüstung (Kunst- oder Naturrasen), Turnschuhe, Trainingsanzug, pers. Effekten <b>(Achtung es kann nicht vor Ort geduscht werden)</b>
<b>Anmeldeformalitäten:</b>	Nur durch den J+S Coach möglich (mit beiliegendem Anmeldeformular)
<b>Anmeldeschluss:</b>	15. Februar 2025 (max. 30 Teilnehmer)
<b>Versicherung:</b>	Jeder Teilnehmer muss gegen Unfall versichert sein. Der IFV und die Kursleitung lehnen jegliche Haftung ab.

<b>Kursprogramm „Modul 1“</b>	
08.30 Uhr	Kurseröffnung Restaurant Seeland in Sempach
	Theorie: "richtiges Laufen!" - Laufkoordination als Basis - Laufanalyse
09.15 Uhr	Umsetzen auf dem Platz!
10.15 Uhr	Kaffeepause
10.30 Uhr	Theorie: „GOLDEN 8 „ - T1 Laufleiter
11.00 Uhr	Umsetzen auf dem Platz!
12.00 Uhr	Kursende

Innerschweizerischer Fussballverband IFV

Rüeggisingerstrasse 29  
6020 Emmenbrücke  
Telefon 041 259 06 60  
Internet [www.ifv.ch](http://www.ifv.ch)  
E-Mail [ifv@football.ch](mailto:ifv@football.ch)

**TONI'S ZOO**  
ROTHENBURG LUZERN

Cupsponsor



Partner