



Theresia Emma Mohr\* bei den EYOF 2023  
(C) ÖLV Michael Meindl

**BASIS-WORKSHOP:**

**SA, 13.04.24**

**14:00 - 18.00**

**STADION EGGENBERG  
THEORIE & PRAXIS**

# **EINLADUNG AN** **TRAINER/INNEN & ATHLETEN/INNEN ZUR** **STLV-BASIS-AUSBILDUNG** **RACE WALKING (OLYMPISCHES GEHEN)** **Eggenberg, 13.04.24**

Der StLV-Workshop dient als **Vorbereitung zur Teilnahme an steirischen und österreichischen Meisterschaften**  
Der StLV bietet steirischen Vereinen, Athlet/innen und Trainer/innen diese Möglichkeit eines Basis-Workshops

- ❖ als professionellen Einstieg in die technische Ausdauerdisziplin des Olympischen Gehens sowie
- ❖ als Vorbereitung für alle Meisterschaften (auch ÖMS Vereine U16) und auf das 3.000m BG beim Öst. Cup der Bundesländer

**DURCHFÜHRUNG: Alexander MAIER** staatlich geprüfter Diplomtrainer für Leichtathletik und mehrfacher Staatsmeister

## **KURSIINHALT:**

- ❖ Kurze theoretische Einführung u.a. zum internationalen Regelwerk
- ❖ **Praxis-Einheiten** auf der Bahn
- ❖ Vorstellung **Steira-Cup Gehen:**  
<https://www.stlv.at/meisterschaften-wettkaempfe/steira-cup-gehen>

\*Auch die **EYOF-Teilnehmerin** Theresia Emma Mohr und ihre Trainerin haben den alljährlichen Lehrgang von Coach Maier (und Jens Grünberg, hessischer Landestrainer) in Salzburg RiF besucht.

**DURCHFÜHRUNG:**

**ALEXANDER MAIER**  
staatl. geprüfter  
**DIPLOM-TRAINER**

**FÜR STEIRISCHE  
TRAINER/INNEN  
& ATHLET/INNEN**

**ALS VORBEREITUNG  
FÜR  
MEISTERSCHAFTEN**

**KOSTEN: 0,-**

**STLV-ANGEBOT  
FÜR STEIRISCHE VEREINE,  
TRAINER/INNEN & ATHLET/INNEN**