

## Trainerweiterbildung vom Dienstag, 24. Februar 2015, Magglingen



Gion Honegger, Piero Lüthold und Reto Kern



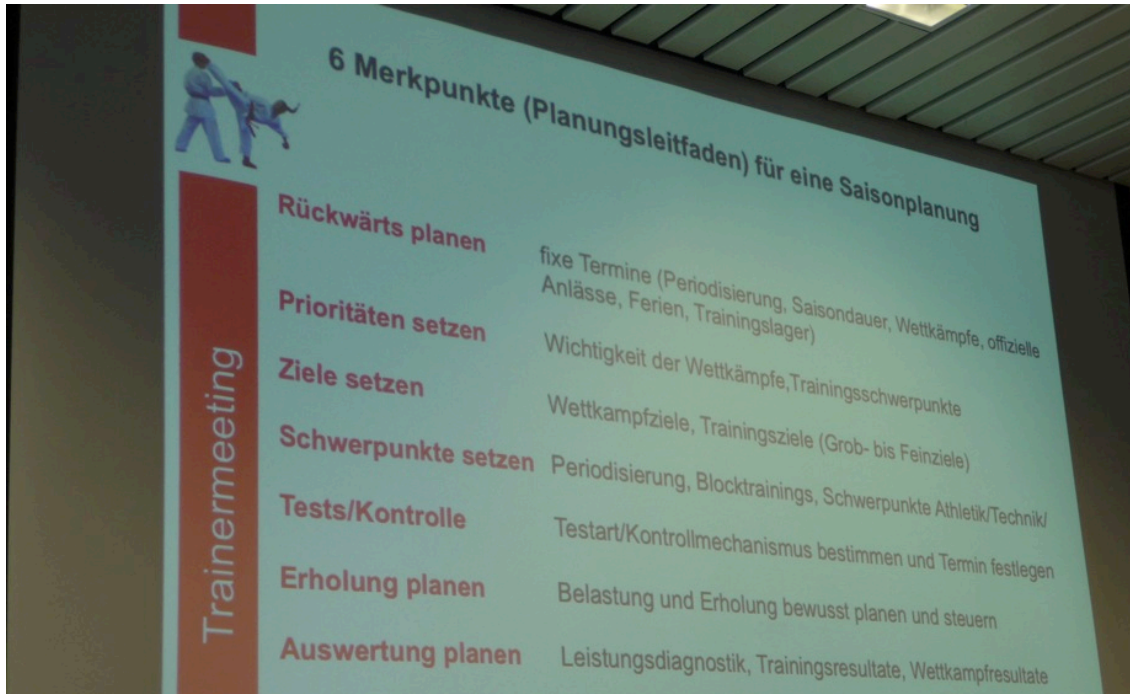
Daniel Humbel, Chef Leistungssport, Michelle Saner, Nationalcoach Kata



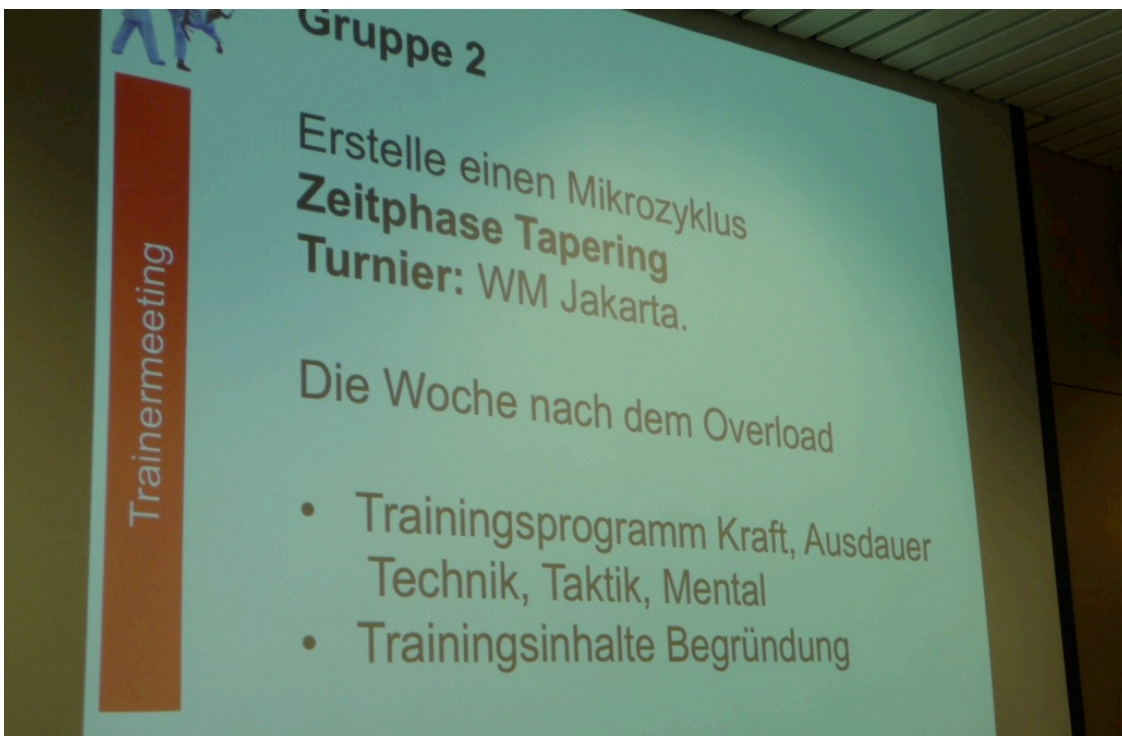
Brigitte Quirici, Marianne Furrer, David Baumann, Michelle Saner und Engjul Kabashi



Reto Kern als Sprungkrafttester



Planungsleitfaden für eine Saisonplanung im Nationalkader, den Stützpunkten und Dojo



Gruppenarbeit zur Erstellung eines Mikrozyklus in der Zeitphase Tapering



Daniel Humbel, Engjul Kabashi und Giuseppe Puglisi



Reto Kern erläutert Gion Honegger, Karl Huber und Piero Lüthold den Mikrozyklus zum Erfolg