

## 14. Hot Workshop Kapfenberg/ 2. ISU Development Workshop

**Veranstaltungsort:** Kapfenberg

**Datum:** 15.08. – 22.08.2010

**Anreise:** 15.08. bis 16:00 Uhr

**Trainingsbeginn:** 15.08. um 17 Uhr off ice

**Begrüßung/Abendessen:** 15.08.2010, 19:00 Uhr

**Abschlussbewerb:** 21.08.2010

**Abreise:** 22.08.2010

**Ort:** Sporthotel Kapfenberg  
Johann Brandl Gasse 25  
A-8605 Kapfenberg

**Anmeldeschluss:** 2. August 2010 (mittels  
Anmeldeformular)

### Workshopinhalte

#### On ice:

Skating Skills, Technik, Level upgrade  
Abschlusswettbewerb

#### Off ice:

Aufwärmtraining, Stretching, Tanz/Aerobic, Schwimmen,  
Athletiktraining (Drehtechnik, Schnelligkeit und Koordination),  
Pilates, Entspannung  
Anti-Doping Vortrag  
Trainerseminar „COACH THE COACH“

### Trainingsumfang

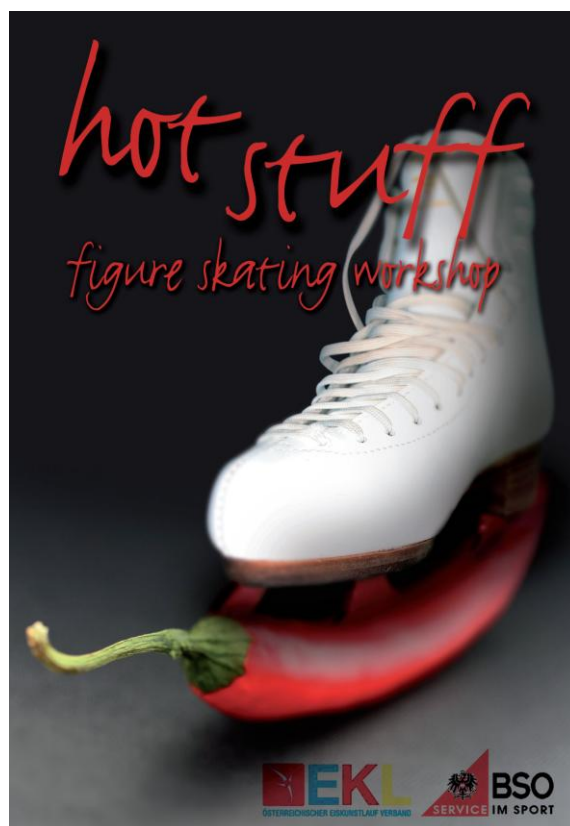
On Ice: 18 Einheiten à 50 Minuten

Off Ice: 90 min. täglich

### Unterkunft

(Vollpension)

**Sporthotel Kapfenberg**  
**Johann Brandl Gasse 25**  
**A-8605 Kapfenberg**



## Das Workshop – Team



**Mag. Elisabeth Bräuer**  
Sportmanagerin

Organisation, Off Ice Training

**Mag. Claudia Houdek**  
Staatl. geprüfte Trainerin

Organisation, Training



**Mag. (FH) Eva Sonnleitner**  
Staatl. geprüfte Trainerin

Organisation, Training



## Internationale Support Trainer

**Viola Striegler**  
**Stefan Lindemann**  
**Workshoptrainer**

### On Ice

Jana Hübler, Oliver Pekar, Uwe Kagelmann,  
Claudia Houdek, Eva Sonnleitner

### Off Ice

Bibi Nasheim, Elisabeth Bräuer

## Kosten

**Kursbeitrag ohne Abschlussbewerb: € 370**

Der Kursbeitrag beinhaltet die Unterkunft mit Vollpension und alle Trainingseinheiten.

**Nenngebühr Abschlussbewerb: € 30**

Maximale Teilnehmeranzahl am ISU Workshop 60 Sportler!

## Zahlung

**Frist:** 2. August 2010

**Kontonummer:** 51413 019 901

**BLZ:** 12000 (BA-CA)

**Lautend auf:** Österr. Eiskunstlaufverband

**Verwendungszweck:** 14. Workshop – „Name des Kindes“

Der Kursbeitrag wird bei Ausfall des Sportlers nur wegen Krankheit, mit ärztlichem Nachweis, rückerstattet. Teilweise Rückerstattung ist nicht möglich.

Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die Teilnahme am Workshop auf eigene Gefahr erfolgt. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für eventuelle Unfälle und andere Schäden bei den TeilnehmerInnen und Offiziellen auch Dritten gegenüber.

Ort..... Datum,.....

Unterschrift des Erziehungsberechtigten:

.....  
.....  
(Name in Blockbuchstaben)

## Fragen?

Bitte wenden Sie sich an:

Eva Sonnleitner: 0660 / 400 17 37  
Claudia Houdek: 0664 / 281 07 78  
Elisabeth Bräuer: 0676 / 444 54 90