

GymDanmark – Tumbling

Trænersymposie 13. september 2020

Tidsplan:

| Tidspunkt | Indhold |
|---------------|---|
| 12.00 – 12.15 | Velkomst, formål & program. |
| 12.15 – 13.15 | Oplæg ved Mikkel Skræddergaard: Tumbling i AUS. |
| 13.15 – 14.15 | Frokost. |
| 14.15 – 15.45 | Oplæg ved Jacob Thure Hedegaard Sørensen: <ul style="list-style-type: none">- <i>Genopbygning af form efter f.eks. Covid-19 nedlukning.</i>- <i>Skades forebyggelse.</i>- <i>Periodisering af træningsmængde.</i> |
| 15.45 – 16.00 | Pause. |
| 16.00 – 16.30 | Networking. |