

LEICHTATHLETIK IN VIER VARIATIONEN



FUNDIERT – EINFACH – KLAR – SCHNELL
VARIATION 1 **DER FÄCHER**

Im **FÄCHER BASICS** werden
Bewegungsgrundformen
erworben...

ISBN 978-3-03700-285-8 // Art.-Nr. 20.285 // CHF 32.00

... im **FÄCHER ELEMENTS**
Kernformen angewendet und...

ISBN 978-3-03700-286-5 // Art.-Nr. 20.286 // CHF 32.00

... im **FÄCHER EXPERTS**
Disziplinen gestaltet.

ISBN 978-3-03700-287-2 // Art.-Nr. 20.287 // CHF 32.00

DIE AUTOREN DER 3 FÄCHER

PHILIPP SCHMID (links)
Chef Leistungssport
Leistungszentrum Nordwestschweiz;
Trainer LC Therwil;
Mitglied Ausbildungskader
Swiss Athletics

STEPHAN ZOPFI (rechts)
Leiter Sportausbildung
Sek 1, PH Luzern;
Nachwuchstrainer LC Luzern

Mit Illustrationen von
LEO KÜHNE



METAPHERN

erleichtern das Lernen



VOM LERNSTART ZUR TESTFORM

Das Kapitel beginnt mit einem Lernstart. Auf einer Bewegungsablaufkarte ist der Ablauf der Zielbewegung abgebildet und die Knotenpunkte werden beschrieben. Die folgenden Karten mit verschiedenen Übungsformen führen zu dieser Zielbewegung hin. Am Kapitelende kann das Erlernete in einem Test überprüft werden.

KAPITELAUFBAU

verspricht Erfolg



BILDER

schaffen Klarheit



AUFBAU DER 3 FÄCHER

VON DEN GRUNDFORMEN LAUFEN - SPRINGEN - WERFEN ZU DEN OLYMPISCHEN DISZIPLINEN DER LEICHTATHLETIK

Laufen - Springen - Werfen sind Bewegungsformen, die im Sportunterricht in unzähligen Variationen vorkommen. Wer diese Grundfertigkeiten beherrscht, erlernt später die verschiedensten Sportarten viel leichter.

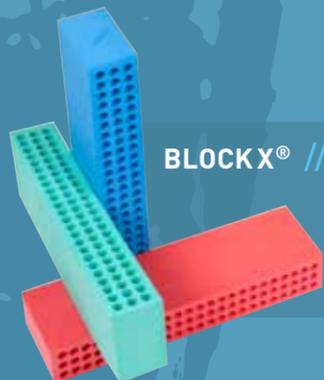


BLOCKX® // KOMPLETT-SET MIT TASCHE

20 Schaumstoffblöcke, 40 Stecker,
10 Hürdenfüsse, in Tragtasche

Art.-Nr. 17.138.108 // CHF 390.00

BlockX® sind grosse PE-Schaumstoffblöcke in 4 Farben, welche gebohrt werden. Durch die Anordnung der Bohrungen ergibt sich der besondere Effekt dieser Blöcke. BlockX® geben in der Querrichtung nach und sind in der Längsrichtung stabil. Ein ergänzendes Stecksystem ermöglicht es, die Blöcke zu verbinden. Dazu gibt es auf das System und dessen Funktion abgestimmte Hürdenfüsse und Steckverbindungen.



BLOCKX® // STARTER-SET MIT TASCHE

20 Schaumstoffblöcke rot/gelb/grün/blau,
in Tragtasche

Art.-Nr. 17.138.109 // CHF 277.00

LEICHT - PRAKTISCH - VIELSEITIG
VARIATION 2 **DAS MATERIAL**

MATERIALIEN ERGÄNZEND ZUM FÄCHER

Angst- und verletzungsfreies Training

in der Halle oder auf der Aussenanlage

WURFGERÄT // MEGA-HEULER

Aus festem Schaumstoff, Länge 32 cm,
Gewicht 315 g

Art.-Nr. 17.138.121 // CHF 30.00



WURFGERÄT // ZOTTELBALL WUSH-WUSH

ø 11 cm, Ball, feine Silikonschnüre,
Gewicht 145 g

Art.-Nr. 17.138.141 // CHF 16.00



WURFGERÄT // SOFT-SPEER

Aus Schaumstoff, Länge 90 cm, Gewicht 50 g

Art.-Nr. 17.138.151 // CHF 17.00



WERFEN



LEICHTATHLETIK AUF DEM SOFA

VARIATION 3

SLALOMWISSEN



Frage- und Antwortkarten, Lösungskarten, Spielanleitung
Format 5,6x8,7 cm, in Kartonhülle

SO FUNKTIONIERT DAS SPIEL



Je 40 Frage- und Antwortkarten zum Spielen nach dem Prinzip SLALOM. Für das Spiel in der Gruppe oder als Einzelspiel.

SLALOMWISSEN // LEICHTATHLETIK 1: ABC

Fragen zu Disziplinen, Begriffen, Regeln und Vorschriften
ISBN 978-3-03700-312-1 // Art.-Nr. 20.312 // CHF 15.70

SLALOMWISSEN // LEICHTATHLETIK 2: HELDEN UND REKORDE

Fragen zu Stars und Wettkämpfen
ISBN 978-3-03700-313-8 // Art.-Nr. 20.313 // CHF 15.70

SLALOMWISSEN // LEICHTATHLETIK BUNDLE

Leichtathletik 1 und 2
ISBN 978-3-03700-314-5 // Art.-Nr. 20.314 // CHF 27.50

LEICHTATHLETIK IN DER PRAXIS

VARIATION 4

HOLKURSE



DIE IDEALE KOMBINATION VON FÄCHER UND MATERIAL FÜR SCHULE UND VEREIN

Wollen Sie die Leichtathletikfächer und das Material kennenlernen? Wir bieten Ihnen einen Holkurs bei Ihnen im Schulhaus oder im Verein an.

ZÜRICH 2014

LEICHTATHLETIK IM STADION

Vom 12.-17. August 2014 finden im Stadion Letzigrund in Zürich die Leichtathletik Europameisterschaften statt. Erst zum zweiten Mal darf die Schweiz Gastgeberin sein. Bern war vor 60 Jahren der erste Schweizer Austragungsort. 1400 Athletinnen und Athleten mit 800 Betreuerinnen und Betreuern kommen aus 50 Ländern, um sich in 47 Disziplinen zu messen.



Bestellung

Lieferadresse	Rechnungsadresse	Kunden-Nr.
_____	_____	<input type="text"/>
_____	_____	<input type="text"/>
_____	_____	Datum
_____	_____	<input type="text"/>

Artikel-Nr.	Menge	Artikel

Konditionen:
30 Tage netto
Franko ab CHF 500.-
Preisänderungen vorbehalten, März 2014

INGOLDVerlag
Suisselearn Media AG
Hintergasse 16
3360 Herzogenbuchsee

Tel. +41 62 956 44 44
Fax +41 62 956 44 54
info@ingoldverlag.ch
www.ingoldverlag.ch

INGOLDVerlag

shop.ingold-biwa.ch