

An die Mitglieder des  
ASKÖ-Bundesreferates GEWICHTHEBEN

An die ASKÖ-Landesverbände mit der  
Bitte um Weiterleitung

Wien, 24.02.2017

## Ausschreibung Offener ASKÖ-Bundeslehrgang GEWICHTHEBEN für Nachwuchsathleten

- Termin: **Sonntag, 13.08.2017**, (Anreise bis 16 Uhr) beginnend mit dem  
Abendessen bis  
**Samstag, 19.08.2017**, Abreise nach dem Frühstück
- Ort: **Bundessport- und Freizeitzentrum Maria Alm/Hintermoos**  
5761 Maria Alm, Hintermoos 6
- Kursleitung und  
Trainer: BREF Hermann Suppan  
Johann Lechner
- Teilnahmeberechtigt: sind konditionsstarke Nachwuchsathleten, „Jugend“ bevorzugt.  
Es stehen maximal 16 Kursplätze zur Verfügung.  
Die endgültige Auswahl trifft die Kursleitung.
- Kursbeitrag: **€ 160,00** für ASKÖ-Teilnehmer Jg. 1999 und jünger  
**€ 220,00** für ASKÖ-Teilnehmer Jg. 1998 und älter  
**€ 375,00** für SPORTUNION- und ASVÖ-Teilnehmer
- Dieser **Kursbeitrag** für Unterkunft und Verpflegung ist vor Abgabe der  
Nennung auf das Konto IBAN: AT85 1200 0006 7507 8000  
BIC: BKAUATWW, lautend auf Arbeitsgemeinschaft für Sport- und  
Körperkultur in Österreich, bei 12000 Bank Austria UniCredit Group,  
**Verwendungszweck Kurs Gewichtheben und Namen des  
Teilnehmers**, zu überweisen.
- Bei Nichterscheinen bzw. Rückzug der Nennung werden die  
jeweiligen Nenngebühren als Stornogebühren einbehalten.**

Gewichtheben

Die ASKÖ-Bundesorganisation übernimmt die Kosten für die Trainer und Sportstätten sowie die Förderung für ASKÖ-Athleten.

- Nennschluss:** Die Nennungen sind schriftlich mittels dem beiliegenden Anmeldeformular bis spätestens **31.05.2017** über die ASKÖ-Landesreferenten an die ASKÖ-Bundesgeschäftsstelle zu richten.
- Vorläufiges Programm:** Das Lehrgangsprogramm erstreckt sich über alle Bereiche der sportlichen Ausbildung.  
Durch den Einsatz vielfältiger Trainingsinhalte und Trainingsmethoden wird eine optimale Zielsetzung erreicht. Bei der Gestaltung der Trainingseinheiten wird Augenmerk und Schwerpunkt auf Muskelverkürzungen und Beckenschiefstände sowie Schulung der Beweglichkeit durch gezieltes Aufwärmen, bestehend aus Zweckgymnastik und intensiven Dehnübungen, gerichtet.
- Allgemeines:** Bei undiszipliniertem Verhalten wird der Athlet unter Verständigung des Erziehungsberechtigten vorzeitig auf eigene Kosten vom Kurs entlassen.
- Haftung:** Der Veranstalter übernimmt keine wie immer geartete Haftung den Teilnehmern oder dritten Personen gegenüber.

**Alle gemeldeten Teilnehmer erhalten zeitgerecht vor Kursbeginn eine Einladung!**

Bei eventuelle Rückfragen steht der Kursleiter BREF Hermann Suppan unter der Tel.: 0664 / 142 23 36 gerne zur Verfügung.

Sport frei!

Mag. Oliver Ulrich, eh  
Abteilungsleiter Sport

Hermann Suppan, eh  
Bundesreferent

Unser Partner für Medaillen und Pokale bzw. Ehrenpreise [www.pichl.com](http://www.pichl.com)

Gewichtheben