

Zertifikat

Hiermit wird

Sebastian Lucas Rösler

geboren: 02.11.2001

nach erfolgreich abgeschlossenem Fernlehrgang (Dauer: 280 UE) die

ATHLETIKTRAINER-LIZENZ
nach staatlich zugelassener Ausbildung

zuerkannt.

Die Prüfung wurde erfolgreich bestanden.

Die folgenden Inhalte wurden vermittelt:

Grundlagen des Athletiktrainings, Anforderungsprofil, Diagnostik und Monitoring, Warm-up und Movement Preparation, Krafttraining, Schnelligkeitstraining, Plyometrisches Training, Ausdauertraining, Beweglichkeitstraining, Athletiktraining im Kindes- und Jugendalter, Regeneration, Rehabilitation und Rekonditionierung, Periodisierung im Athletiktraining, Programmgestaltung in der Praxis, Persönlichkeit und Verhalten des Trainers, Mythen im Athletiktraining

Fernlehrgang zugelassen durch:



Woltersdorf, 16.02.2025

S. Hawach

Ort, Datum, Prüfer



[Signature]
Geschäftsführer OTL Akademie