



Checklist technische Elemente

Demonstration des Elements

Als Trainer wissen, worum es geht / wenn möglich eigene Bewegungserfahrung haben.
Bewegungswissen (Aussensicht) plus Bewegungserfahrung (Innensicht).

Definition des Elements

Bewegungsablauf **erklären können**

Schlüsselstellen **der Bewegung kennen (wichtig beim Visualisieren)**

Rhythmus (**Eigenrhythmus**) der Bewegung kennen

Voraussetzungen **für Erwerben des Elements kennen**

Aufbaureihe (**Vorübungen**) **E-A-G Modell**

Fehler beobachten und erkennen **B-B-B / A-V-U Modell**

Fehler korrigieren (**dem Schüler eine Idee geben, wie korrigieren**)

Korrekturübungen **kennen**

Hilfestellungen