



SEMINAR

zum Thema:



Wie präsentiere ich mich richtig und regelkonform im Wettkampf?

Veranstalter: Austrian Bodybuilding & Physique Sports Federation (ABPF) und Fit/One Wien

Wann: Samstag 13. Oktober 2018 **Beginn:** 12:00h (bis ca. 15:00h)

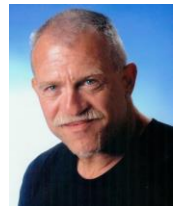
Wo: Kursraum des Fitnessstudios Fit/One, Sterngasse 11, A-1230 Wien

Zielgruppe: Alle WettkampfathletInnen und die es werden wollen

Vortragende:

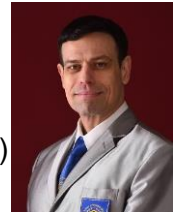
Mag. Markus ANTRETTNER, BEd MSc

Vizepräsident der ABPF und internationaler Wertungsrichter;
Studierter Sport-, Gesundheitswissenschaftler und Gesundheitspädagoge mit
Lehramtsabschluss für Bewegung/Sport und Deutsch;
Lehrender an universitären und nicht universitären Bildungseinrichtungen;
Staatlich geprüfter Diplomtrainer und Spitzensportcoach;
Erfolgreicher ehemaliger IFBB-Athlet und Vorbereiter



Mag. Horst LESER

Schriftführer der ABPF und internationaler Wertungsrichter.
Deputy Secretary der EBPF (European Bodybuilding & Physique Sport Federation)



Diverse Gastreferenten für die praktischen Einheiten!

Programm/Inhalte:

- Begrüßung
- Einführung in das WBPF-Regelwerk und den damit verbundenen praktischen Konsequenzen!
- Basics für deinen Auftritt: Make up, Farbe, Bekleidung, etc. unmittelbare Vorbereitung
- Was ist eine "gelungene", was eine "mislungene" Präsentation?
- Line-up, Grundposen?
- Wie kreierte ich meine persönliche Posingkür?
- Frage- und Antwort- Diskussionsrunde mit Dozenten und Specialguests



Specialquests:

Katharina GIRSTMAIR, BA (österreichische Meisterin und 3. Platz Europameisterschaft 2018 in der Klasse Frauen Sport Physique)

Kosten: € 30.- bei Vorauszahlung. **Konto:** ABPF, IBAN AT63 1100 0086 4558 6200 (Zahlungsreferenz: PS+Vor- und Familiennamen) bis spätestens 10. Oktober. Ansonsten € 35.- bei Barzahlung vor Ort.

Anmeldung: **ACHTUNG:** Das Seminar ist auf 45 TeilnehmerInnenplätze beschränkt!

Voranmeldung bitte per Email an office@wbpf.at bis spätestens 08. Oktober 2018. Nach erfolgter Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung samt Zahlungsaufforderung auf das oben genannte Konto!

Die Vergabe der Fixplätze erfolgt in der Reihenfolge der Voranmeldung und nach erfolgter Einzahlung!

Wir freuen uns auf Euer Kommen!

Mag. Axel Bauer
ABPF Präsident

Sebastian Racsan
Stuudioleiter Fit/One Wien