

Anmeldung

Online-Anmeldungen werden gerne über die Webseite www.graubuendensport.ch/update entgegengenommen. Die Anmeldungen werden nach der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt und im Rahmen der verfügbaren Plätze fix gebucht. Die Anmeldung gilt als definitiv. Anmeldegebühren werden nicht rückerstattet.

update! sport

Seit dem Jahr 2005 bietet graubündenSPORT die Veranstaltungsreihe update! sport an. Neuer Veranstaltungspartner ist die Höhere Wirtschaftsschule Graubünden (HWSGR). Auch in diesem Jahr werden wiederum verschiedene attraktive Aus- und Weiterbildungskurse angeboten. Die drei Module richten sich an J+S-Leitende, Trainerinnen und Trainer sowie Funktionärinnen und Funktionäre in Sportvereinen im Kanton Graubünden. Alle Referierenden verfügen über fundiertes Fachwissen und geben nützliche Tipps für die entsprechenden Vereinstätigkeiten. In den update! sport-Weiterbildungsmodulen werden aktuelle Themen aus der Arbeit in den Sportvereinen aufgegriffen und praxisnah behandelt.

Die Veranstaltungen finden in den Räumlichkeiten der HWSGR in Chur, der Sportanlage Sand in Chur sowie der Vaillant Arena in Davos statt und garantieren optimale Rahmenbedingungen.

Die einzelnen Module finden unabhängig voneinander statt und können individuell besucht werden.



ANFAHRT

Ab **Autobahn** Ausfahrt Chur Süd, Richtung Chur/Arosa, nach 50m beim ersten Kreisel 3. Ausfahrt Richtung Kalchbühl/City West

Vom **Stadtzentrum** auf der Kasernenstrasse Richtung Chur Süd, beim letzten Kreisel 1. Ausfahrt Richtung «Kalchbühl/City West»

PARKING

Micasa Kalchbühl
Einkaufszentrum City West

öV

Ab Hauptbahnhof Chur Bus Nr. 6, Haltestelle «City West» oder Bus Nr. 1, Haltestelle «Agip»

Kontakte

Höhere Wirtschaftsschule
Graubünden (HWSGR)
Comercialstrasse 23
CH-7000 Chur
Tel. +41 (0)81 258 40 00
anja.waser@hwsgr.ch
www.hwsgr.ch

graubündenSPORT
Hofgraben 5
CH-7001 Chur
Tel. +41 (0)81 257 27 55
sport@avs.gr.ch
www.graubuendensport.ch

Die Weiterbildung für den Bündner Sport

update! sport 2017

Beweglichkeit – die vernachlässigte Leistungsreserve

Samstag, 28. Oktober 2017 in Chur

Die Vereins-/Verbandswebsite – Was gilt es zu beachten?

Samstag, 11. November 2017 in Chur

1. Sportforum Graubünden

Samstag, 9. Dezember 2017 in Davos

update!
sport

Beweglichkeit – die vernachlässigte Leistungsreserve

Samstag, 28. Oktober 2017, 9.00–17.00 Uhr in Chur

CHF 50.–/max. 30 Teilnehmende

Anmeldeschluss: 21. Oktober 2017

Das Training der funktionellen Mobilität ist in allen Sportarten ein grundlegender Faktor, der leider häufig vernachlässigt wird. Um die Beweglichkeit zu verbessern, braucht es ein gezieltes, regelmässiges Training. Dieses kann altersgerecht in jede Einheit, sei es in der Halle oder draussen, eingebaut werden. Im Kurs werden theoretische Grundlagen und vor allem viele praktische Beispiele vermittelt, wie die funktionelle Mobilität auf vielfältige Art und Weise sowohl zur Leistungsoptimierung als auch zur Gesunderhaltung/Verletzungsprophylaxe beitragen kann.

Referent Simon Holdener, Inhaber und Geschäftsführer pure sport Personal- und Vereins-Athletiktraining, Sportlehrer EHSM, ehem. NLA-Unihockeyspieler



Dieses Modul zählt für J+S-Leitende
Jugendsport mit gültiger oder weggefallener
Anerkennung als Weiterbildung

Die Vereins-/Verbandswebsite – Was gilt es zu beachten?

Samstag, 11. November, 9.00–12.00 Uhr in Chur

CHF 40.–/max. 30 Teilnehmende

Anmeldeschluss: 4. November 2017

Eure Vereinswebsite ist etwas in die Jahre gekommen und macht euch nicht wirklich glücklich? Soll die Website in Zukunft der Mittelpunkt eurer Kommunikation und Information werden – sowohl intern als extern? Dann bist du hier richtig: Wir schauen an, wie eine Website aufgebaut werden sollte, welche Möglichkeiten sich bieten, um euch ins rechte Licht zu rücken, analysieren bestehende Websites und diskutieren Verbesserungsmöglichkeiten. Daraus werden wertvolle Inputs generiert, die im eigenen Verein eingebracht werden können.

Referent Sven Häberlin, Geschäftsführer Tourismusconsult und Dozent für Online Marketing an Höheren Fachschulen und Fachhochschulen

Samstag, 9. Dezember 2017, ab 13.30–22.00 Uhr in der Vaillant Arena in Davos

CHF 60.–/max. 100 Teilnehmende (im Preis enthalten sind der Besuch eines Weiterbildungsmoduls, die Stadionführung, das Stehdinner sowie ein Sitzplatz am Eishockeyspiel)

Anmeldeschluss: 25. November 2017

Weiterbildung, Vernetzung und Austausch und sportliche Unterhaltung – alles an einem Ort! Das bietet dir das 1. Sportforum Graubünden. Nutze die Gelegenheit, mit deinen Vorstandskolleginnen und -kollegen einen Ausflug nach Davos zu unternehmen und euch gemeinsam weiterzubilden!

Weiterbildung

Was gehört eigentlich alles zu einer modernen Vereinsführung? Wie können wir unseren Club besser vermarkten und neue Sponsoren finden? Soziale Medien sind in aller Munde – wie können wir als Sportverein diese Kanäle am sinnvollsten nutzen? Und: Wie führe ich die Vereinsfinanzen so effizient wie möglich? In den folgenden vier Weiterbildungsmodulen findet jedes Vorstandsmitglied spannende und lehrreiche Inhalte:

- Social Media im Sportverein optimal einsetzen
- Generalversammlung von A bis Z
- Marketing/Sponsoring im Sportverein
- Finanzen – das muss ich als Vereinskassier beachten

Die Module finden parallel statt, so dass bei der Anmeldung die Wahl des Moduls angegeben werden muss.

Vernetzung und Austausch sowie sportliche Unterhaltung

Beim Stehdinner und in den Pausen bieten sich viele Gelegenheiten, Vorstandsmitglieder anderer Vereine oder Verbände kennenzulernen und sich auszutauschen. Im Anschluss an die Weiterbildungsmodulare sind alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Sportforums Graubünden zum Stehdinner und anschliessend an das NLA-Eishockeyspiel zwischen dem HC Davos und dem EHC Biel eingeladen! So lassen wir den Tag beim gemeinsamen Fachsimpeln und Mitfiebern mit unseren Eishockeycracks ausklingen.

Programm

- Vormittags fakultativer Besuch des FIS Langlauf Weltcups Davos (Davos Nordic)
- 13.30 Uhr Offizielle Begrüssung durch Thierry Jeanneret, Leiter graubündenSPORT und Bill Mistura, Geschäftsführer HC Davos
- 14.00 Uhr Individueller Besuch des gewählten Weiterbildungsmoduls
- 17.00 Uhr Führung durch die Vaillant-Arena
- 17.30 Uhr Stehdinner im Stadion
- 20.00 Uhr Eishockey-NLA-Spiel HC Davos vs. EHC Biel
- Nach dem Spiel individuelle Heimreise



Das Sportforum Graubünden wird in Zusammenarbeit mit dem Bündner Verband für Sport sowie dem STV Vereinsmanagement durchgeführt.