



VIDEO SELBSTANALYSE

Bitte reiche dieses Blatt mit deinem Video ein. Es hilft uns bei deinem Assessment.

Name: _____

Alter: _____

Name des Clubs: _____

Bei wem hast du die Ausbildung gemacht? _____

Wie viele Instruktoeren, die das gleiche Programm unterrichten, gibt es in deinem Club? _____

Welche Programm-Nr. zeigst du auf dem Video? _____

Auf welche Unterrichtserfahrung kannst du zurueckblicken; wie viele Les Mills-Programme unterrichtest du?

Wie lange unterrichtest du dieses Programm schon? Mit wie vielen regelmaeßigen Classes/ Woche?

Wie viele Teilnehmer sind in der Class gewesen: _____

Wie setzt sich deine Class zusammen? (Durchschnittsalter, Maenner/Frauen-Verhaeltnis, wie viel % neue Leute):

Wie denkst du selbst ueber die von dir unterrichtete Stunde?

Liste deine Ziele als Instruktor auf, die du erreichen moechtest:

Beschreibe, an welchen Stellen du CRC zeigst und an wem! (Song ...; Teilnehmer hat falsch gemacht; meine Korrektur war.....; mein positiver Veraerker am Ende war.....)

Welche „feeling cues“, Bildersprache kannst du sagen, dass du verwendet hast? (Track....., an welcher Stelle.....)

Wie stufst du deine stimmlichen Kontraste ein? (laut, leise, fordernd, ruhig, sanft, motivierend....)

Wann und wo hast du zum letzten Mal ein Quarterly besucht? _____

Falls schon laenger nicht mehr, warum?

...