

1. Ausbildung 2016 zum Langhanteltrainer an der Trainerakademie Köln des DOSB

Die Langhanteltrainer - Ausbildung 2016 der Trainerakademie Köln des DOSB wendet sich an Trainer aller Sportarten. Der zukünftige Langhanteltrainer erlangt im Rahmen der Ausbildung die Kompetenz, des technischen, didaktischen und methodisch korrekten Einsatz aller Langhantel-Kraftübungen. Sie befähigt den Trainer, das Langhanteltraining in seiner Hauptsportart eigenständig zu planen, zu organisieren und durchzuführen. Das Ausbildungsangebot hilft, die Wirksamkeit des Krafttrainings - sowohl im Einzel- wie auch im Mannschaftssport - zu optimieren.

Die Teilnehmenden verbessern ihre Handlungskompetenz durch theoretischen und praktischen Unterricht, der sich am konkreten Wirkungsfeld des Langhanteltrainings orientiert.

Die Langhanteltrainerausbildung ist Rahmen einer Evaluierung und eines zeitgemäßen Qualitätsmanagement überarbeitet worden. Die neu gestaltet Ausbildung präsentiert sich kompakter und ist an die Bedürfnisse der Teilnehmer angelehnt.

Interessenten, die sich zur Ausbildung anmelden, müssen folgende Voraussetzungen erfüllen:

- Inhaber einer DOSB-B/A-Trainer Lizenz Leistungssport, oder
- Abschluss eines sportwissenschaftlichen Studiums, oder
- Physiotherapeut

Es wird um eine schriftliche tabellarische Bewerbung gebeten in der die eigene sportliche Karriere und der Werdegang als Trainer dargestellt werden soll. Bei jedem Bewerber muss ein Arbeitsnachweis mit leistungssportlichen Bezug erbracht werden.

Bewerbungsschluss ist der **15.02.2016** (Eingang Trainerakademie Köln). Die Zulassung und wird bis zum 1. März bekanntgegeben.

Die endgültige Zulassung und ggf. Auswahl erfolgt durch eine Zulassungskommission der Trainerakademie. Die Maßnahme wird ab mind. 8 Teilnehmern durchgeführt, die Höchstteilnehmerzahl liegt bei 20.

Der **Ausbildungsumfang** beträgt 60 Lerneinheiten in 2 Blöcken mit zentralen Lehrveranstaltungen plus ein individuelles Prüfungsmodul. Zusätzlich werden in ca. 20 Lerneinheiten Vertiefungsarbeiten mit den eigenen Athleten prozessbegleitend erarbeitet und dokumentiert.

Termine:

Modul 1:	25.04.-27.04.16
Modul 2:	30.05.-01.06.16
Modul 3: Prüfung	20.06.-22.06.16 (individuelles Prüfungsmodul)

Die Ausbildung schließt nach dem Besuch aller 2 Module, dem Prüfungsmodul und Fertigstellung einer ausbildungsbegleitenden Hausarbeit in Form eines Videos und einer Saisonplanung ab. Diese Hausarbeit bildet die Grundlage der theoretischen Prüfung.

Nach dem erfolgreichen Abschluss der Ausbildung erhalten die Teilnehmer ein Zertifikat der Trainerakademie. Eine Anerkennung durch den Fachverband ist möglich.

Die Lehrgangsgebühren sind folgendermaßen gestaffelt:

- alle 2 Module inklusive Prüfung : 799,-€

Die Kosten sind vor Beginn des ersten Moduls (spätestens bis zum 01.03.2016) komplett zu leisten.

Lehrgangsort/Unterkunft/Verpflegung:

Die Module finden im Athleten Club 1978 Forst e.V., Carl Benz Str. 8, 76694 Forst statt. Die Unterkunft und Verpflegung wird von jedem Teilnehmer in eigener Regie organisiert. Es besteht jedoch die Möglichkeit, eine vergünstigte Unterkunft und Verpflegung unter folgender Adresse zu beziehen.

Seehotel Forst
Gottlieb-Daimler-Straße 6
76694 Forst
+49 7251 322 40 90

Bei weiteren Fragen zu den Inhalten und der Organisation:

Martin Zawieja
martinzawieja@web.de
0173 7096 368

Überblick über die geplanten Inhalte:

Komplexe Formen mit der Langhantel	Modul 1	27 LE
Trainingsmethodik	Modul 2	27 LE
Prüfung / Präsentation / Reflexion	Modul 3	6 LE

Zusätzlich werden in ca. 20 Lerneinheiten Vertiefungsarbeiten mit den eigenen Athleten prozessbegleitend erarbeitet und dokumentiert. ca. 20 LE

Bewerbung um die Zulassung zur Langhanteltrainer Ausbildung 2016 an der Trainerakademie

bis zum 01.03.2016 (Eingang) schriftlich oder per mail (als PDF) an:

Trainerakademie Köln des DOSB e. V., z.H. Frank Wieneke oder Thorsten Ribbecke
Guts-Muths-Weg 1, 5 0 9 3 3 K ö l n

Name, Vorname: _____

Anschrift: _____

Mail: _____ Telefon: _____

Qualifikation:

◇ DOSB-B/A-Trainer-Lizenz, Sportart: _____

◇ sportwissenschaftlicher Abschluss, Art: _____

Hochschule: _____

◇ Physiotherapeut: _____

◇ Diplomtrainer der Trainerakademie (Abschlussjahr): _____

◇ Athletiktrainer der Trainerakademie (Abschlussjahr): _____

◇ sonstige berufliche Qualifikation mit Bezug zum Leistungssport:

Belege bitte in Kopie anfügen!

Ihre bisherigen / derzeitigen Trainertätigkeiten im (Nachwuchs-)Leistungssport:

Zeitraum: _____ Häufigkeit pro Woche: _____

Art der Tätigkeit: _____

Niveau der Sportler: _____

(z.B. Kaderstatus, nationale Liga, nationale Rangliste, Alter...)

Welche Kooperationen mit verbandlicher Leistungsförderung (Bund, Land, Stützpunkte, leistungsstarker Verein) bestanden / bestehen / sind angestrebt? Welche Sportart?

Ort, Datum

Unterschrift

Die **endgültige Zulassung** erfolgt nach Entscheidung durch die Zulassungskommission der Trainerakademie. Sie erhalten darüber einen Bescheid (ca. 1. März)