

Fortbildungsprogramm 2023 der Trainerakademie Köln des DOSB

Unser Fortbildungskonzept

Das Fortbildungskonzept der Trainerakademie zielt akzentuiert auf sportartübergreifende und sportartverbindende Angebote ab und ist zunächst in besonderer Weise auf die Zielgruppe der bundesfinanzierten Trainerinnen und Trainer ausgerichtet, bewusst aber als offenes, dynamisches Konzept angelegt.

Alle Fortbildungsangebote der Trainerakademie zielen darauf ab, das Trainerhandeln in der Praxis des Leistungssports zu optimieren. Die gelingt, wenn berufliche Handlungskompetenzen von Trainer*innen zielgerichtet erweitert, präzisiert und vertieft werden. Für diesen Prozess ist es wichtig, dass Fortbildungsmaßnahmen über die reine Wissensvermittlung hinaus gehen, vielmehr sollten sie Methoden beinhalten, die es den Trainer*innen ermöglichen ihr individuelles Handeln zu reflektieren und zu verändern.

Wissensvermittlung alleine reicht also nicht aus, ohne Wissen ist aber auch kein kompetentes Handeln möglich.

Unsere sportartübergreifende Fortbildungsformate sind auf der „Range zwischen Wissensvermittlung und der Optimierung des Trainerhandelns“ mit unterschiedlichen Ziel- und Schwerpunktsetzungen verankert.

Das Fortbildungsangebot der Trainerakademie basiert hauptsächlich auf Präsenzveranstaltungen. Ergänzend bieten wir auch Online-Veranstaltungen in Form von Webinaren an.

Trainerforen Leistungssport

Die Themen der zwei- bis dreitägigen Trainerforen Leistungssport werden aus den aktuellen Bedürfnissen und Erfordernissen der Leistungssportpraxis abgeleitet.

Leistungschance Verletzung

27.-29.03.2023

.....

Ort	Trainerakademie Köln
Dozenten	Prof. Dr. Jens Kleinert, Dr. Gerrit Keferstein und Lothar Linz
Preis	pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 350,- €.
Umfang:	16 LE

Leistungsreserve - Koordination

05.-07.06.2023

.....

Ort	Trainerakademie Köln
Dozenten	Referenten*innen angefragt / N.N.
Preis	pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 350,- €.
Umfang:	16 LE

Anmeldung und Informationen unter:

➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/trainerforenleistungssport>



Kreativität im Sport für Trainer*innen und Athleten*innen

28.-30.08.2023

.....

Ort	Trainerakademie Köln
Dozenten	Referenten*innen angefragt / N.N.
Preis	pro Person inkl. Übernachtung/ Verpflegung im EZ: 350,- €.
Umfang:	16 LE

Anmeldung und Informationen unter:

➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/trainerforenleistungssport>

Leistungsreserve - Schnelligkeit

11.-13.09.2023

.....

Ort	Trainerakademie Köln
Dozenten	Referenten*innen angefragt / N.N.
Preis	pro Person inkl. Übernachtung/ Verpflegung im EZ: 350,- €.
Umfang:	16 LE

Anmeldung und Informationen unter:

➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/trainerforenleistungssport>

Webinarreihe Krafttrainingsplanung im Leistungssport: Eine echte Leistungsreserve in Kooperation mit der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft (VBG)

1. Modul 26.05.2023 von 09:00-13:00 Uhr
2. Modul 07.07.2023 von 09:00-13:00 Uhr
3. Modul 04.08.2023 von 09:00-13:00 Uhr

.....

Ort	Webinar Online
Dozenten	Martin Zawieja und Christan Szabényi-Thomas
Preis	pro Person 120,- €.
Umfang:	16 LE inkl. Vor-/Nachbereitung

Anmeldung und Informationen unter:

➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/trainerforenleistungssport>

Trainerforen Leistungssport für Sportartgruppen bzw. sportartverwandte Disziplinen:

Aufgrund der gestiegenen Nachfragen organisiert die Trainerakademie Fortbildungen für Rückschlagsspiele, Kampfsportarten, Mannschaftsspiele, Individualsportarten, Präzisionssportarten oder anderen Sportartengruppen. Diese sehr individuellen Fortbildungen werden auf Wunsch der einzelnen Spitzenfachverbände zeitnah von der Trainerakademie organisiert. Aktuelle Informationen werden auf unserer Homepage bekannt gegeben.

Faktencheck Trainerhandeln

Ziel des Formats ist es das Trainerhandeln in der Leistungssportpraxis mit den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen aus der Forschung hinsichtlich eines spezifischen Themas abzugleichen und zu optimieren.

Der weibliche Menstruationszyklus und sein Einfluss auf die Trainingsempfehlung

04.05.2023 / 10:00-16:00

.....

Ort	Trainerakademie Köln
Dozenten	Prof. Dr. Petra Platen / Ruhr Universität Bochum
Preis	pro Person: 100,- €.

.....

Umfang: 8 LE inkl. Vor-/Nachbereitung

Anmeldung und Informationen unter:

➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/faktencheck-trainerhandeln>

Immunologische Beanspruchung durch körperliche Belastung

31.08.2023 / 10:00-16:00

.....

Ort	Trainerakademie Köln
Dozenten	Prof. Dr. Christian Puta angefragt / N.N.
Preis	pro Person: 100,- €.

.....

Umfang: 8 LE inkl. Vor-/Nachbereitung

Anmeldung und Informationen unter:

➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/faktencheck-trainerhandeln>

Update Trainerwissen

Im Rahmen dieser neuen Fortbildungsreihe werden grundlegende Themen u.a. aus den Gebieten Trainings- und Wettkampflehre, Sportmedizin, Sportpsychologie, Leistungsdiagnostik und Ernährung vermittelt.

Dabei orientieren sich die Inhalte an den Anforderungen der Leistungssportpraxis und werden nach aktuellem Stand von Forschung und Wissenschaft praxisnah vermittelt. Das Ausbildungsniveau orientiert sich an den Anforderungen der 3. Lizenzstufe der Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im DOSB.

Die Fortbildung richtet sich an Trainerinnen und Trainer, die ihr Trainerwissen „aktualisieren“ wollen und zugleich den Erfahrungsaustausch mit anderen Sportarten suchen. In vielen Verbänden wird die Fortbildung in der verbandspezifischen Aus- und Fortbildung als Lizenzverlängerung anerkannt.

Update Trainerwissen 2023

27.-29.11.2023

.....

Themen	Vier verschiedene Themen N.N.
Ort	Trainerakademie Köln
Dozenten	N.N.
Preis	pro Person inkl. Übernachtung/ Verpflegung im EZ: 350,- €.
Umfang:	16 LE

.....

Anmeldung und Informationen unter:

☛ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/update-trainerwissen>

In der Kategorie Update Trainerwissen bieten wir 2023 zwei **Webinare** an.

Bei diesem Online-Format wird ein Thema in komprimierter Form vorgestellt. Ein bis zwei Referent*innen beleuchten jeweils einen (unterschiedlichen) Aspekt eines übergeordneten Themas. Fachlich aktuell, wissenschaftlich untermauert und praktisch anwendbar.

Das sind die Leitkriterien für die Gestaltung der 4 Unterrichtseinheiten. Durch die verschiedenen Blickwinkel gewinnen die Teilnehmer*innen einen guten Über- und einen vertieften Einblick in das Thema.

Webinar „Techniken und Taktiken - Wie leite ich eine Sitzung“

20.04.2023 / 13:00-16:00 Uhr

.....

Ort	Webinar Online
Dozenten	Leo Held und David Sigos
Preis	pro Person: 40,- €.
Umfang:	4 LE

.....

Anmeldung und Informationen unter:

☛ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/update-trainerwissen>

Webinar „Schöner scheitern – Umgang mit Niederlagen“

09.11.2023 / 13:00-16:00 Uhr

.....

Ort	Webinar Online
Dozenten	Lothar Linz und weitere Referenten*innen
Preis	pro Person: 40,- €.
Umfang:	4 LE

.....

Anmeldung und Informationen unter:

☛ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/update-trainerwissen>

Coach Core

Ziel des Formats ist es, Trainer*innen verschiedener Sportarten (langfristig) zu vernetzen und in einem innovativen Fortbildungsformat dynamische Bildungsprozesse anzuregen (Lebenslanges Lernen). Der Coach Core beinhaltet eine modulare Fortbildungsreihe für eine Peergroup (sportartgruppenspezifisch / sportartübergreifend). Die zu bearbeiteten Themen beziehen sich auf konkrete Handlungsfelder der Trainertätigkeit und können sowohl von außen als auch aus der Gruppe heraus entwickelt werden. Zusätzlich können Experten themenbezogen eingebaut werden.

Die Anmeldung zu dem Programm erfolgt in Absprache mit dem Spitzenfachverband.

Informationen und Anfragen unter

linz@trainerakademie-koeln.de oder 0221/94875-18

Trainerrunde

Unter der Rubrik Coach Core bieten wir außerdem unsere Online-Trainerrunde an, die viermal pro Jahr stattfindet. In diesem Format ähnlich einer kollegialen Fallberatung wollen wir uns in kleiner Runde (max. 8 TN + Lothar Linz und Frank Wieneke) online zusammensetzen und über Ihre Themen sprechen. Egal ob Sie gerade selbst etwas fragen oder nur Ihre Erfahrung in die Gespräche mit einbringen wollen, jede/r kann etwas aus diesen 2 Stunden mitnehmen. Frank Wieneke und Lothar Linz werden zudem ihren langjährigen Erfahrungsschatz als Athlet, Trainer und Psychologe in die Diskussion einbringen.

.....

„1. Trainerrunde“ 02.03.2023 / 11:00-13:00 Uhr (Online)

„2. Trainerrunde“ 25.05.2023 / 11:00-13:00 Uhr (Online)

„3. Trainerrunde“ 17.08.2023 / 11:00-13:00 Uhr (Online)

„4. Trainerrunde“ 16.11.2023 / 11:00-13:00 Uhr (Online)

.....

Preis pro Person: 30,- €.

Umfang: 4 LE

Anmeldung und Informationen unter:

☛ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/coach-core>

Trainer-Mentoring

Ziel eines solchen Trainer-Mentorings ist es, die Trainer*innen als Persönlichkeit weiter zu entwickeln, hin zu einer selbstreflektierten, sozialkompetenten Führungsperson. Das Mentoring geschieht in Form einer Begleitung und Reflektion der eigenen Arbeit durch eine*n Expert*in (Sportpsycholog*in, erfahrene Trainerpersönlichkeit).

Die Anmeldung zu dem Programm erfolgt in Absprache mit dem Spitzenfachverband.

Informationen und Anfragen unter

linz@trainerakademie-koeln.de oder 0221/9487518

Weitere Ausbildungs- und Qualifizierungsangebote

Referentenweiterbildung zum Erwerb des DOSB Ausbilderzertifikats

Als Ausbilder in den Sportverbänden begegnen Ihnen immer wieder die gleichen Probleme. Wie bringe ich all die Inhalte in der knappen Zeit unter? Wie präsentiere ich Informationen so, dass die Auszubildenden auch wirklich etwas lernen? Wie schaffe ich es, dass die Traineraspiranten das Wissen später auch sinnvoll anwenden können? Wie gehe ich mit Konflikten in der Gruppe um? Wie schaffe ich eine positive Gruppendynamik und Lernatmosphäre?

In zwei Modulen wollen wir diesen und weiteren Fragen nachgehen und Ihre Sozial- und Methodenkompetenz dabei weiter ausbauen. Während Modul 1 zunächst (sehr praxisorientiert!) die Grundlagen vermittelt und diskutiert, dürfen Sie in Modul 2 anhand eigener Fallgeschichten und bei selbst durchgeführten Lehreinheiten in der Sporthalle auf unser Feedback hoffen. Denn alles Lernen sollte aktiv und lebendig sein.

Erstes Modul Referentenfortbildung 30.-31.10.2023

Ort	Trainerakademie Köln
Dozenten	Lothar Linz, Dr. Sebastian Altfeld, Leo Held und Dr. Joachim Simen
Preis	pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 290,- €.
Umfang:	15 LE

Zweites Modul Referentenfortbildung 27.-28.11.2023

Ort	Trainerakademie Köln
Dozenten	Lothar Linz und Leo Held
Preis	pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 290,- €.
Umfang:	15 LE

Informationen und Anmeldung unter:

➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/referentenfortbildungen>

Ausbildung zum/zur Trainer-Mentor/in

Die Ausbildung zur Trainermentor*in 2023 der Trainerakademie Köln des DOSB wendet sich an erfahrene Trainer*innen aller Sportarten sowie erfahrene Sportpsycholog*innen. Die zukünftigen Mentorinnen erlangen im Rahmen der Ausbildung die Kompetenz, andere weniger erfahrene Trainer*innen als Mentor*in zu begleiten. Die Absolvent*innen werden befähigt, einen Mentoringprozess zu planen, zu gestalten, den Mentee durch gezielte Gesprächsführung in

dem eigenen Persönlichkeitsentwicklungsprozess zu unterstützen und die eigene Erfahrung in angemessener Form einzubringen. Dazu bedarf es der richtigen Haltung auf Seiten der Mentor*in und des Einsatzes von Gesprächstechniken. Beide Aspekte werden im Rahmen der Ausbildung in Grundlagen vermittelt. Zudem erhalten die Absolventen die Möglichkeit, in praktischen Simulationen ihre Fähigkeiten einzuüben. Anhand eines Best-practice Beispiels können die Teilnehmenden schließlich ihr neu erworbenes Wissen abgleichen.

Ort	Trainerakademie Köln
Preis	pro Person (inkl. Unterkunft und Verpflegung): 790,- €.
Umfang:	42 LE

Ausschreibung und Anmeldung:

➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/ausbildung-zumzur-trainer-mentorin>

Ausbildung zum Langhanteltrainer an der Trainerakademie Köln des DOSB 2023

Die Langhanteltrainer - Ausbildung 2023 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 Einsatzes 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.

Langhanteltrainerausbildung 2023 16.- 20.01.2023

Ort	Olympiastützpunkt Hamburg/Schleswig
Dozenten	Martin Zawieja und Christian Thomas
Preis	pro Person (exkl. Übernachtung und Verpflegung): 799,- €.
Umfang:	60 + 20 LE

Bewerbungsschluss ist der 15.12.2022

Informationen und Anmeldung unter:

➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/langhanteltrainerausbildung>

Ausbildung zum Athletiktrainer des DOSB an der Trainerakademie Köln 2024

Die Athletiktrainer-Ausbildung der Trainerakademie Köln des DOSB wendet sich an Trainer*innen, die im Athletiktraining des Leistungs- und Nachwuchsleistungssports in verschiedenen Sportarten tätig, oder dafür vorgesehen sind. Das Ausbildungsniveau entspricht einer A-Trainer-Ausbildung, spezialisiert sich aber inhaltlich auf das Athletiktraining.

Der Ausbildungsumfang beträgt 165 Lerneinheiten Präsenzzeit in fünf Modulen mit zentralen Lehrveranstaltungen zzgl. Darstellung eines Profiling, der Erstellung eines Anforderungsprofils, Hausarbeit, Filmen einer Trainingseinheit und Vor- sowie Nachbereitung der Module bzw. Klausur. Die Lehrgangsgebühr beträgt 2.000 Euro pro Teilnehmer*in. Übernachtung, Verpflegung und Reisekosten gehen zu Lasten der Teilnehmer*in.
Der Ausbildungslehrgang für 2023 ist schon ausgebucht.

Athletiktrainerausbildung 2024

.....
Ort Hennef
Preis pro Person (exkl. Übernachtung und Verpflegung): 2000,- €.
Umfang: 165 LE

- 1. Modul: 15.-17.04.2024
- 2. Modul: 03.-05.06.2024
- 3. Modul: 26.-28.08.2024
- 4. Modul: 07.-09.10.2024
- 5. Modul: 11.-13.11.2024

Bewerbungsschluss für den Ausbildungslehrgang 2024 ist der 04.09.2023.

.....
Informationen und Anmeldung unter:
➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/athletiktrainerausbildung>

Werde TraiNa! DOSB-Zertifikatsausbildung zum/r „TrainerIn im Nachwuchsleistungssport“

Ziel der Ausbildung ist es, die TrainerInnen auf der Grundlage eines modernen, teilnehmerorientierten und kollaborativ-kooperativen Ausbildungskonzeptes dabei zu unterstützen, die für eine erfolgreiche Arbeit als Trainer*in im deutschen Nachwuchsleistungssport erforderlichen Fach-, Sozial- sowie Selbstkompetenzen zu erwerben. Sportartübergreifende Erkenntnisse werden von den Teilnehmer*innen aktiv auf ihre Sportart übertragen. Der Austausch von Erfahrungen und Kenntnissen der Trainer*innen aus verschiedenen Sportarten stellt seit jeher das herausragende Alleinstellungsmerkmal aller Ausbildungen an der Trainerakademie Köln des DOSB dar. Der Ausbildungsumfang beträgt 150 Lerneinheiten in fünf Modulen mit zentralen Lehrveranstaltungen zzgl. 90 individuellen Lerneinheiten in Erstellung von Hausaufgaben, einer Hausarbeit zum Trainingskonzept, Filmen einer Trainingseinheit und Vor- sowie Nachbereitung der Module. Die Lehrgangsgebühr beträgt 1.500 Euro pro TeilnehmerIn. Übernachtung, Verpflegung und Anreise gehen zu Lasten der TeilnehmerInnen.

Die Ausschreibung für den Ausbildungslehrgang 2023/24 erfolgt im Frühjahr 2023.

Ausschreibung und Anmeldung:
➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/nachwuchstrainerausbildung>

Videobasiertes Coaching für Trainerinnen und Trainer im Mannschaftssport

Sie sind Trainerin oder Trainer im Mannschaftssport und die videobasierte Spielanalyse ist für Sie ein zentraler Aufgabenbereich? Dann haben wir ein interessantes Fortbildungsangebot für Sie. Die Fortbildung zum videobasierten Coaching für Trainerinnen und Trainer im Mannschaftssport beleuchtet den didaktischen und methodischen Einsatz der Videoanalyse im Rahmen ihrer Trainerarbeit, die Planung, Organisation und Durchführung des Wissens-transfers in die Trainings- und Wettkampfpraxis mit Hilfe des Mediums Video und ihre Trainerpersönlichkeit im Rahmen von Videobesprechungen. Das Fortbildungsangebot hilft den Trainerinnen und Trainern, eine effiziente und zielgerichtete Arbeitsweise mittels Videoanalyse in ihren Alltag zu implementieren. Hierbei geht es ausdrücklich nicht um die technische Umsetzung auf Softwarebasis, sondern explizit um den Prozess von der „Analyse des Videomaterials“ bis zur praktischen Umsetzung in der Zusammenarbeit mit den Spielerinnen und Spielern.

.....
Termine
Modul 1: 19. – 21.06.23, Trainerakademie Köln
Modul 2: Projektarbeit Praxis
Modul 3: 25. – 27.09.23, Trainerakademie Köln
Dozenten Lukas Fieber, Aditya Pasarakonda und Lothar Linz.
Preis pro Person (exkl. Übernachtung und Verpflegung): 799,- €.
Umfang: 40 LE plus 10 LE Projektarbeit

.....
Bewerbungsschluss ist der 30.03.2023.

.....
Ausschreibung und Anmeldung:
➔ <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/videobasiertes-coaching>

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

