

B-Trainer-Ausbildung Sprung

Termine:

06.-07. November 2010 (Samstag 9.00 Uhr bis Sonntag ca. 16.00 Uhr)
und ein weiteres Wochenende im Frühjahr (März) 2011 (steht wohl Ende September 2010 fest)

Ort: Sport- und Bildungszentrum Bad Malente

Kosten: € 150,--

Ausbildung:

Die Ausbildung findet in Theorie und Praxis statt. Der B-Trainer ist für den Leistungssport im Verein zuständig und umfasst die Spezialisierung auf den Disziplinblock „Sprung“.

Voraussetzung zur Teilnahme ist eine mindestens 3-jährige Tätigkeit als C-Trainer und die Perspektive, dass zukünftig mit talentierten Springerinnen und Springern in der Schüler - (M/W14/15) und Jugendklasse trainiert wird.

Für die B-Trainerlizenz ist es erforderlich, Hospitationen (10 Trainingseinheiten) bei erfahrenen Sprung – und/oder Mehrkampftrainern (u.U. mit einer A-Lizenz oder Diplomtrainerlizenz) zu absolvieren.

Die Prüfung erfolgt in Form einer Hausarbeit (Trainingsplanerstellung).

Themen u.a.:

- Trainings und Wettkampfplanung
- Vielseitige Koordinations- und Sprungformen (Praxis)
- Techniktraining (Methodische Reihen) in den vier Sprungdisziplinen Stabhochsprung, Weitsprung, Hochsprung, Dreisprung (Theorie und Praxis)
- Spezielles Krafttraining für Springerinnen und Springer
- Allgemeines Athletiktraining für Springerinnen und Springer
- Mentales Training

Anmeldungen bis spätestens 15.10.2010 an die SHLV-Geschäftsstelle, Winterbeker Weg 49, 24114 Kiel, Tel.: 04 31/ 64 86 122, Fax: 04 31/ 64 86 192, E-Mail: info@shlv.lsv-sh.de.

Jan Dreier
Referent Aus-
und Weiterbildung

Sven Schröder
Landestrainer
Weit – und Hochsprung

Sabine Schulte
Landestrainerin
Stabhochsprung

Hinrich Brockmann
Ltd. Landestrainer