



Saarländischer Radfahrer-Bund e.V.

im Bund Deutscher Radfahrer und Landessportverband für das Saarland

Trainer Fort- und Weiterbildung 2016

Samstag, 12.11.2016 und Sonntag, 13.11.2016 [9:00 bis 13.00 Uhr]

Gemeinsam mit der Saarländische Triathlon Union und dem Saarländischen Leichtathletikbund veranstaltet der Saarländische Radfahrer-Bund (SRB), eine Trainer-Fortbildung zum Thema Allgemeine athletische Ausbildung im Nachwuchs- und Jugendtraining.

Thema:

Eine gute Ausweichmöglichkeit, in den kommenden Wochen ist das Trainieren in einer Sporthalle. Hallentraining ist, besonders im Kinder- und Erwachsenenbereich, eine sinnvolle Ergänzung der Trainingsarbeit. Voraussetzung ist, dass der Trainer in der Lage ist, das Training geschickt zu organisieren und durch eine angepasste Auswahl der Übungen seine Sportler zu begeistern. Die Fortbildung dient als Empfehlung und Hilfe für die Gestaltung eines Athletiktrainings (aaA)..

Inhalt:

- Athletiktraining
- Test- und Trainingssteuerung
- Ernährung
- Schlafhygiene
- Medienstütztes Techniktraining
- Spielformen im Kinder- und Jugendtraining

Nutzen:

Weiterbildung für Trainer-C, Radsport-Breitensport, Radrennsport, Radball, Radpolo, Kunstradспорт, MTB-Guide. Die angebotene Trainer Fort- und Weiterbildung kann zur Lizenzverlängerung für Trainer-C und Trainer-B genutzt werden.

Zielgruppe:

Vereinstrainer und interessierte Radsportler

Dozenten:

Falko Döhring (Mitarbeiter Sportwissenschaft Uni des Saarlandes),
Michael Fuchs (Badminton Nationalspieler und Doktorand Sportmedizin),
Christian Kacmarek (Mitarbeiter Sportwissenschaft Uni des Saarlandes),
Marvin Löscher (Mitarbeiter Sportsmed und Athletiktrainer STU Landeskader),
Dr.Franz Marschall (Sportwissenschaftliches Institut Universität des Saarlandes)

Ort:

Landessportverband für das Saarland, Hermann-Neuberger-Sportschule 4, 66123 Saarbrücken

Kosten:

Saarländische Triathlon Union, Saarländischer Leichtathletikbund und Saarländischer Radfahrer-Bund: 70.- EURO. Im Preis enthalten sind Material, Mittagessen am Samstag und Getränken im Tagungsraum.

Voraussetzung:

- Trainer mit Lizenzstufe C
- Trainer mit Lizenzstufe B
- Nachweis der Mitgliedschaft in einem saarländischen Radsportverein
- Eingabe der Lizenzdaten über den Link: <https://goo.gl/forms/VfqeB1bZpqUy1dU42> **

** wenn noch nicht erfasst.



Saarländischer Radfahrer-Bund e.V.

im Bund Deutscher Radfahrer und Landessportverband für das Saarland

Anmeldung:

ab sofort online über die SRB Webseite möglich: www.srb-saar.de Lehrgangsnummer: 16.06

Achtung, begrenzt auf 10 Teilnehmer pro Verband. Es zählt der Eingang der Meldungen.

Übernachtung:

Die Übernachtung an der Sportschule mit Verpflegung (Frühstück, Mittagessen Sonntag) ist möglich, Anfrage vor Anmeldung, per Mail erwünscht.

Fragen und Link zur Anmeldung: Fragen richten Sie bitte an den LV Trainer Aus- und Weiterbildung: Christian Klein, T. +49 (0)6831 4009262 E-Mail: trainerausbildung@srb-saar.de

Link zur Anmeldung: <https://goo.gl/forms/QOIQs9V07VkOPES32>