



**Saarländischer Radfahrer-Bund e.V.**

im Bund Deutscher Radfahrer und Landessportverband für das Saarland

---

## **SRB Trainer Ausbildung (D) – Radsport (MTB)**

23.-25. Januar und 07.-08. Februar 2026

Diese Ausbildung bietet den Einstieg in die Betreuung von Kindern und Jugendlichen im Nachwuchsalter. Der Trainer D ist eine Zertifikats-Ausbildung des Saarländischen Radfahrer-Bundes e.V. (SRB) unterhalb der ersten Lizenzstufe Trainer C.

### **Zeitplan:**

2 Wochenenden

Fr 23.01.2026 (18:30-20:00 Uhr Online)

Sa/So 24-25.01.2026 (9:00-17:00 Uhr Präsenz Sportschule)

Sa/So 07.-08.02.2026 (9:00-17:00 Uhr Präsenz Sportschule)

### **Thema:**

Mountainbike bringt eine Mischung aus Sport und Erlebnis, die eine große Anziehungskraft auf den Nachwuchs ausübt. Durch geeignete Maßnahmen und Trainingsmethoden können Kinder und Jugendliche unterschiedlicher Leistungsklassen zusammen Spaß haben.

### **Inhalt:**

- MTB-Fahrtechnik, Athletiktraining
- PSG und Antidoping
- Motivation/Zielsetzung, Mentales Training
- Athletenmonitoring
- Das weibliche Geschlecht im Sport
- Krafttraining für Kinder und Jugendliche
- Verbandsstruktur/Ehrenamt, Vereine/LSVS
- Erste-Hilfe-Kurs mit Zertifikat (Malteser)

### **Nutzen:**

Sie reflektieren ihre Arbeit und gewinnen neue Ansatzpunkte für die Optimierungen des Vereinstrainings. Erlernen sie Methoden auf spielerische Art und Weise MTB Training zu gestalten. Die Veranstaltung wird als Themen-Modul bei weiteren Ausbildungen anerkannt.

### **Zielgruppe:**

Sportler, Eltern, Betreuer, Jugendleiter, Traineraspiranten, Nachwuchstrainer und Trainerassistenten

### **Dozenten:**

Matthias Lauer, Maike Ames, Dr. Sascha Schwindling, Gabriela Schumacher, Dr. Christina Pfeiffer, Leander Wappler, Tessa Menges, Malteser (Hr. Baltes)

### **Ort:**

Sportcampus Saar, Hermann-Neuberger-Straße 4, 66123 Saarbrücken



## Saarländischer Radfahrer-Bund e.V.

im Bund Deutscher Radfahrer und Landessportverband für das Saarland

---

**Kosten:**

Mitglieder in einem saarländischen Radsportverein (SRB):	200,- EURO
Mitglieder anderer Landesverbände (nach Anfrage und Kapazität)	250,- EURO
Inklusive Lehrgangsverpflegung (Mittagessen (Büffet) und Kaffee-/ Teepause)	

**Voraussetzung:**

- Vollendung des 16. Lebensjahres und Anmeldung über das Anmeldeformular
- Nachweis der Mitgliedschaft in einem saarländischen Radsportverein (SRB/BDR)

**Mitzubringen:**

funktionstaugliches MTB, Radbekleidung, Schuhe/Helm, Wechselbekleidung, Hallensportschuhe, Sportbekleidung für die Halle, Schreibunterlagen

**Anmeldung:****[Link Anmeldeformular](#)**

Achtung, begrenzt auf **20** Teilnehmer. Erst mit Zahlungseingang ist die Anmeldung verbindlich.

**Mindestteilnehmerzahl:**

Zur Durchführung müssen mindestens **15** Anmeldungen vorliegen. Kommt der Lehrgang wegen zu geringer Anmeldungen nicht zu Stande, werden bereits gezahlte Teilnehmergebühren zurück erstattet.

**Meldeschluss:**

21.12.2025

Mit sportlichen Grüßen,

Desiree Schuler

[trainerausbildung@srb-saar.de](mailto:trainerausbildung@srb-saar.de)