

B-Trainer Lehrgang Leistungssport - beispielhaftes Programm

Technikprüfung:

| Tag | Datum | von | bis | Inhalt | Referent | UE |
|-----|-------|-------|-------|----------------|--------------------------------|----|
| Fr | xxx | 09:00 | 13:00 | Technikprüfung | Ute Strakerjahn Simone Milk | 5 |

1. Teil:

| Tag | Datum | von | bis | Inhalt | Referent | UE |
|-----|-------|-------|-------|---|--------------------|----|
| Mo | xxx | 09:00 | 09:45 | Begrüßung / Informationen zur Ausbildung, zum Praktikum und zu den Präsentationen | Ute Strakerjahn | 1 |
| | | 09:45 | 12:45 | Theorie und Praxis: Koordinationstraining / Kinetik | Ute Strakerjahn | 4 |
| | | 13:15 | 17:00 | Trainingslehre: Analyse der Sportart, langfristiger Trainingsaufbau | Ute Strakerjahn | 5 |
| Di | xxx | 09:00 | 12:45 | Entwicklungsstufen im Jüngstentennis: Übergang Kleinfeld - Mittelfeld - Großfeld (Lehrpraxis) | Marco Höttinger | 5 |
| | | 13:15 | 17:00 | Talentsichtung und Talentförderung | Marco Höttinger | 5 |
| Mi | xxx | 09:00 | 12:45 | Techniktraining | Ute Strakerjahn | 5 |
| | | 13:15 | 14:45 | Geschlechtsspezifische Aspekte des Trainings | Ute Strakerjahn | 2 |
| | | 14:45 | 17:00 | Präventive und regenerative Maßnahmen Risiken und Probleme im Tennis, medizinische Aspekte | Carsten Schumacher | 3 |
| Do | xxx | 09:00 | 12:45 | Taktiktraining | Ute Strakerjahn | 5 |
| | | 13:15 | 17:00 | Psychologisch orientiertes Training | Ute Strakerjahn | 5 |
| Fr | xxx | 09:00 | 12:45 | Konditionstraining | Simone Milk | 5 |

2. Teil:

| Tag | Datum | von | bis | Inhalt | Referent | UE |
|--------|-------|--|-------|--|-----------------|----|
| Mo | xxx | 09:00 | 10:30 | Zu- und Mitspiel | Ute Strakerjahn | 2 |
| | | 10:30 | 12:45 | Fehlerkorrektur / Technikoptimierung | Ute Strakerjahn | 3 |
| | | 13:15 | 15:30 | Kommunikationsstrategien für Trainerinnen und Trainer im Alltag | Uli Welebny | 3 |
| | | 15:30 | 17:00 | Regelkunde | Maik Kohl | 2 |
| Di | xxx | 09:00 | 12:45 | Matchanalyse | Ute Strakerjahn | 5 |
| | | 13:15 | 15:30 | Planung und Durchführung von Trainingseinheiten | Ute Strakerjahn | 3 |
| | | bis zum Lehrgangsende zu bearbeiten (Zeitpunkt frei wählbar) | | Doping NADA-Zertifikat <i>danach bitte per Mail an svogt@wtv.de senden</i> E-LEARNING: Doping NADA-Zertifikat (NADA-Seite hier verlinkt) | SELBSTSTÄNDIG | 2 |
| Mi | xxx | 09:00 | 12:45 | Lehrpraxis | Ute Strakerjahn | 5 |
| | | 13:15 | 17:00 | Coaching, Kommunikation | Ute Strakerjahn | 5 |
| Do | xxx | 09:00 | 12:45 | Doppel-Training und Lehrpraxis | Judith Sprenger | 5 |
| | | 13:15 | 17:00 | Lehrpraxis | Ute Strakerjahn | 5 |
| Fr | xxx | 09:00 | 12:45 | Lehrpraxis und Prüfungsvorbereitung | Ute Strakerjahn | 5 |
| GESAMT | | | | | | 90 |

Prüfung:

| Tag | Datum | von | bis | Inhalt | Referent | UE |
|-----|-------|-------|-------|---|--|----|
| xxx | xxx | 09:00 | 17:00 | Prüfung: Lehrprobe, Klausur, Präsentation | Ute Strakerjahn Marco Höttinger Simone Milk Judith Sprenger | 10 |