



Leitung:
Mag. Alfred Wagner
Fürstenweg 185
A-6020 Innsbruck
www.bsapa.at



Österreichische Trainer/innen-Ausbildung

Abteilungsvorstand:
Dr. Oliver Bachmann

Sekretariat:
Patricia Höpferger

Telefon:
+43 512 507 45400

E-Mail:
patricia.hoepperger@bsapa.at

13.07.2017

Ausschreibung zur Ausbildung von Trainerinnen und Trainern für Langlaufen (LVID 21802)

Die Bundessportakademie Innsbruck (BSAPA) veranstaltet in Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Skiverband 2018/19 eine Trainer/innen-Ausbildung für Langlaufen.

Ausbildungsleitung

Für die BSAPA: Dr. Oliver Bachmann; e-mail: oliver.bachmann@bsapa.at

Für den ÖSV: Mag. Christian Schwarz; e-mail: christian.schwarz@gmx.at

Fachverband

Österreichischer Skiverband, Olympiastraße 10, A-6020 Innsbruck; www.oesv.at

Ausbildungsziel und -inhalte

Auf den Kenntnissen aus dem Instruktor / der Instruktorin für Langlaufen sowie dem Trainer/innen-Grundkurs (ehem. 1. u. 2. Semester der österreichischen Trainer/innen-Ausbildung) aufbauend, werden Kompetenzen vermittelt, die es ermöglichen, im Grundlagen-, Aufbau- und Hochleistungstraining Sportler/innen vor, während und nach Wettkämpfen zu betreuen.

- ✓ Der mündige Athlet / die mündige Athletin als neue Herausforderung für Trainer/innen
- ✓ ÖSV Statement Skilanglauf FREUDE: „Gemeinsam streben wir danach, viele Menschen von jung bis alt für unsere Leidenschaft den Skilanglaufsport zu begeistern - Langlaufen ein Leben lang“
- ✓ Internationale Trends im Langlaufsport insbesondere der Lauftechnik, Belastungsstruktur, Ausdauer- und Krafttraining und in der Leistungsphysiologie
- ✓ Testmethoden für das Ausdauer- und Krafttraining
- ✓ sportpsychologische Methoden für den Langlaufsport
- ✓ Trainingslehre und Trainingsplanung
- ✓ der langfristige Leistungsaufbau (Perspektivpläne)
- ✓ Trainingsdokumentation und Wettkampfanalyse
- ✓ praxisnahe Übungen und Modelle
- ✓ ÖSV Trainingsleitfäden für Kinder, Schüler und Jugendliche, um für den Skilanglaufsport zu begeistern; kindergerechte Trainings- und Wettkampfformen;
- ✓ Bewegungsleitbild und praktisches Techniktraining am Laufband
- ✓ Geräte- und Sportstättenbau
- ✓ Wettkampfbestimmungen und Regelkunde
- ✓ Audiovisuelle Hilfsmittel und Fachliteratur
- ✓ Rhetorik und Kommunikation (Präsentation der Fachbereichsarbeiten)



Zielgruppe und Zulassungsvoraussetzungen

- Die Teilnehmer/innen müssen selber im Verband als Sportler/in in einem Kader des Landesverbandes oder des ÖSV aktiv bzw. als ehrenamtliche/ oder hauptamtliche/r Trainer/in im Verband (Verein, Landesverband, Ausbildungszentren, ÖSV) 3 Jahre beschäftigt gewesen sein. Der Nachweis muss durch den Fachverband (Verein, LSV oder ÖSV) durch ein formloses Schreiben (an christian.schwarz@gmx.at) bestätigt werden.
- Lebenslauf als Trainer/in und per Mail an den Fachverband (christian.schwarz@gmx.at)
- Motivationsschreiben per Mail an den Fachverband (christian.schwarz@gmx.at)
- Die Teilnehmer/innen müssen in der Lage sein, Sportler/innen (Kinder, Schüler, Jugendliche oder Erwachsene) zielgruppenspezifisch zu betreuen; Die Erarbeitung einer periodisierten Trainingsplanung (Jahresplan mit Makro-, Meso- und Mikrozyklen) im Rahmen der Ausbildung ist Bestandteil der Ausbildung.
- Die Teilnahme an der Ausbildung ist nur in entsprechendem gesundheitlichem und sportmotorischem Zustand zulässig.

Ausbildungstermine

1. Kursteil	11. - 14. April 2018	Seefeld; Innsbruck
2. Kursteil	05. – 08. Juli 2018	Hochfilzen
3. Kursteil	04. – 07. April 2019	Ramsau
Abschlussprüfungen	28./29. Juni 2019	Innsbruck

Es besteht an allen Ausbildungstagen Anwesenheitspflicht! Die tägliche Unterrichtszeit ist grundsätzlich von 08.00 – 21.00 Uhr.

Praxisnachweis: Bis zum Abschlussprüfungstermin hat jeder Teilnehmer/jede Teilnehmerin den Nachweis einer Assistenten/innen-Tätigkeit bei Kursen des LSV oder ÖSV zu erbringen.

Anmeldeschluss

27. Januar 2018 – wir bitten Sie, sich aus organisatorischen Gründen so schnell als möglich anzumelden. Der Kurs kann nur zustande kommen, wenn die Mindestteilnehmer/innenzahl erfüllt ist.

Ausbildungsbeginn

Mittwoch, 11. April 2018 an der Bundessportakademie Innsbruck um 08.00 Uhr

Anmeldung und Aufnahmebedingungen

Die Anmeldung ist nur online über die Homepage der BPSA-Innsbruck möglich.

Sie wird erst akzeptiert, wenn folgende Bedingungen erfüllt sind:

1. positiver Abschluss einer InstruktorInnen-Ausbildung für Langlaufen
2. positiver Abschluss des TrainerInnen-Grundkurses (ehemals 1. und 2. Semester der österreichischen TrainerInnen-Ausbildung)
3. Überweisung Unterrichtsmittelbeitrages (s. Kurskosten)

Die endgültige Entscheidung über die Aufnahme in den Kurs fällt der Fachverband auf Basis der AktivenInnen-Bestätigung, des TrainerInnen-Lebenslaufs und des Motivationsschreibens (s. Zielgruppe – Zulassungsvoraussetzungen).

Ausrüstung

Die TeilnehmerInnen werden rechtzeitig mit dem Stundenplan über die für den jeweiligen Kursteil benötigte Ausrüstung informiert. Für den ordnungsgemäßen Zustand dieser haben die TeilnehmerInnen selber Sorge zu tragen.



Abschlussprüfung

Die Ausbildung wird mit einer kommissionellen Prüfung abgeschlossen, wobei die jeweiligen Vortragenden als Fachprüfer eingesetzt werden. Die Abschlussprüfung besteht aus einem Lehrauftritt (Führen einer Trainingsgruppe), je einer theoretischen Prüfung in spezieller Bewegungslehre und spezieller Trainingslehre sowie einem Kompetenzgespräch (Fachgespräch zu unterschiedlichen Themen des Trainings- und Betreuungsprozesses). Die Absolventen/innen erhalten ein staatliches Zeugnis.

Kurskosten

Bitte überweisen Sie **50 €** (für Lern bzw. Unterrichtsmittel) :

IBAN: AT52 0100 0000 0541 0286; BIC: BUNDATWW

Kontowortlaut: Bundessportakademie Innsbruck

Verwendungszweck: **TR-Langlauf - LVID 21802**

Fahrt- und Aufenthaltskosten gehen zu Lasten der Teilnehmer/innen. Bei einer Abmeldung vor Kursbeginn wird der bereits einbezahlte Lern- bzw. Unterrichtsmittelbeitrag rückerstattet.

Unterkunft und Verpflegung







Es wird versucht, in allen Kursteilen den Teilnehmer/innen eine gemeinsame Unterkunft anzubieten. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung gehen zu Lasten des Teilnehmers / der Teilnehmerin.

Sonstiges

Teilnehmer/innen sind nach dem Schulunterrichtsgesetz unfall-, jedoch nicht krankenversichert. Für die Dauer der Ausbildung besteht für alle Personen eine Haftpflichtversicherung.

Namens- bzw. Adressenänderungen sind umgehend im Sekretariat (Frau Höpperger) bekannt zu geben.

Unsere Werte „FREUDE“ spielen eine wichtige Rolle. Nach diesen Grundprinzipien wollen wir auch unsere Trainerausbildung ausrichten.

 FAMILIE Wir wollen die Menschen motivieren den Sport möglichst lange aktiv und erfolgreich auszuüben und in unserer Struktur mitzuwirken. Gemeinsam streben wir danach, viele Menschen von jung bis alt für unsere Leidenschaft den Skilanglaufsport zu begeistern. „Langlaufen ein Leben lang“	 RESPEKT Unsere Leidenschaft für den Langlaufsport verbindet uns, wir wollen loyal und mit gegenseitigem Respekt miteinander umgehen. Wir sind inklusiv, egal welche Fähigkeiten, ethische Hintergründe, Religion, Handicap, Alter etc. Wir unterstützen einander, besonders in schwierigen Phasen und freuen uns gemeinsam über Erfolge im Verband.	 EHRlichkeit Wir, der ÖSV Langlauf, stehen für eine ehrliche sportliche Ausbildung, die auf Zusammenarbeit, Loyalität, Freude und Respekt basiert. Bei der Ausbildung unseres Nachwuchses wollen wir besonders nachhaltig vorgehen, sie sollen zu selbstständigen und mündigen jungen Menschen ausgebildet werden und aus den gewonnenen Erfahrungen auch in anderen Lebensbereichen profitieren. Sie sollen ein Leben lang Freude am Langlaufsport haben und diese Leidenschaft auch an die nächste Generation weitergeben.	 UNTERSTÜTZUNG Durch unsere Struktur (Vereine – LSV – Schwerpunktschulen – ÖSV) ist ein optimaler Leistungsaufbau sowie die Betreuung aller Mitglieder gewährleistet. Für unseren Nachwuchs schaffen wir Zukunftsperspektiven und Ausbildungsmöglichkeiten am Weg zur Spitze. Für alle Altersgruppen wollen wir ein adäquates Bewegungsangebot anbieten. Langlaufen ein Leben lang!	 DANKBARKEIT Jeder im System leistet einen wichtigen Beitrag für den Langlaufsport und verdient sich größten Respekt. Menschen die sich ehrenamtlich für den Skilanglaufsport einsetzen und ihre Zeit investieren um Menschen zu helfen, bilden das Rückgrat in unserem System. Wir sind dankbar Teil dieser Gemeinschaft zu sein!	 ERFOLG „Wer aufhört, besser zu werden, hat aufgehört, gut zu sein.“ Zitat Philip Rosenthal Wir sind erfolgreich, wenn wir nationale Begeisterung durch internationale Erfolge erzeugen! Miteinander können wir Menschen begeistern und Spitzenleistungen erzielen
--	--	--	--	--	---

Abteilungsvorstand
Dr. Oliver Bachmann

ÖSV Trainer/innen-Referent Langlauf
Mag. Christian Schwarz

