

GL Trainer C Ski/Snowboard/Tour (sportartübergreifende Inhalte)

Mo 03. - 07. März 2025

Kurs BSB / SVS-Nord

Dienstag

| | | | |
|-------------------|-----------|---|------------|
| Bis 10.00 Uhr | Rezeption | Anreise + Anmeldung | Teilnehmer |
| 10.15 – 12.00 Uhr | Th/ | Begrüßung + Einführung Methodik (Ehrenkodex, Trainerkompetenzen, Kommunikation, Konflikte) | Trunk |
| 14.00 – 15.30 Uhr | Th/ | Methodik (Planung und Durchführung von Unterricht) + Vergabe Lehrversuche | Trunk |
| 16.00 – 17.30 Uhr | Pr | Kleine Spiele | Trunk |
| 19.00 – 21.30 Uhr | Th/Pr | Vorbereitung Lehrversuche | Teilnehmer |

Mittwoch

| | | | |
|-------------------|-------|--|------------|
| 08.30 – 10.00 Uhr | Th/ | Sportmedizin (Bewegungsapparat) | Trunk |
| 10.30 – 12.00 Uhr | Pr/ | Funktionelle Gymnastik | Trunk |
| 14.00 – 15.30 Uhr | Th/ | Bewegungslehre (Bewegungssteuerung, Koordination) | Trunk |
| 16.00 – 17.30 Uhr | Pr/ | Athletiktraining: Koordination | Trunk |
| 19.00 – 21.30 Uhr | Th/Pr | Vorbereitung Lehrversuche | Teilnehmer |

Donnerstag

| | | | |
|-------------------|-----|--|-------|
| 08.30 – 10.00 Uhr | Th/ | Trainingslehre (Fähigkeiten der Kondition und deren Training) | Trunk |
| 10.30 – 12.00 Uhr | Pr/ | Athletiktraining: Kondition | Trunk |
| 13.00 – 14.30 Uhr | Th/ | Sportmedizin (Stoffwechselfunktionen) | Trunk |
| 14.45 – 17.45 Uhr | Pr/ | Lehrversuche | Trunk |
| 19.00 – 19.45 Uhr | Th/ | Prävention Sexualisierter Gewalt | SVS-N |

Freitag

| | | | |
|-------------------|-----------|---------------------------------|------------|
| 07.30 – 08.30 Uhr | Rezeption | Zimmer räumen / Schlüsselabgabe | Teilnehmer |
| 08.30 – 12.00 Uhr | Pr/ | Lehrversuche | Trunk |

| | | | |
|--------------------------|-------------------------|----------------------|-------------------|
| Lehrgangsleitung: | Zeichnerklärung: | Feste Zeiten: | |
| Volker Trunk (BSB) | Th = Theorie; | Frühstück: | 07:30 – 08:30 Uhr |
| | Pr = Praxis | Mittagessen: | 12:00 – 12:45 Uhr |
| | | Abendessen: | 18:00 – 18:45 Uhr |

Dieser Lehrgang erfüllt die Voraussetzung für die Beantragung von Bildungszeit für ehrenamtliche Tätigkeiten nach dem BzG BW.

Anerkannter Träger im Sinne des Bildungszeitgesetzes ist der Badische Sportbund Nord e.V.