

## **Fortbildungsprogramm 2020 der Trainerakademie Köln des DOSB**

Das nachfrageorientierte Themenangebot unserer Fortbildungen berücksichtigt in hohem Maße die Wünsche und Vorstellungen zahlreicher Trainerinnen und Trainer bzw. die Bedürfnisse der Spitzenverbände. Das Fortbildungsangebot der Trainerakademie ist breit gefächert und richtet sich an unterschiedliche Interessensgruppen.

### **Bundestrainer - Foren**

Die Themen der zwei- bis dreitägigen Bundestrainer - Foren werden den aktuellen Bedürfnissen des deutschen Spitzen- und Leistungssports angepasst. Zu dem teilnahmeberechtigten Personenkreis an den Bundestrainer-Foren gehören alle Bundestrainerinnen und Bundestrainer bzw. Trainerinnen und Trainer, die im Hochleistungssport tätig sind sowie die OSP-mischfinanzierten Trainerinnen und Trainer.

Thema: Monitoring und Regenerationsmanagement  
Termin/Ort: 27.-29.04.2020 Trainerakademie in Köln  
Dozenten: div. Experten  
Teilnahmegebühr: pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 290,- €  
Teilnehmerzahl: Maximal 20 Teilnehmer  
Anmeldeschluss: 27.03.2020, danach auf Anfrage

Thema: Trainingssteuerung in Spielsportarten  
Termin/Ort: 18.-20.05.2020 Trainerakademie in Köln  
Dozenten: div. Experten  
Teilnahmegebühr: pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 290,- €  
Teilnehmerzahl: Maximal 20 Teilnehmer  
Anmeldeschluss: 17.04.2020, danach auf Anfrage

Thema: Action Types  
Termin/Ort: 08.-10.06.2020 Trainerakademie in Köln  
Dozenten: Rainer Diehl  
Teilnahmegebühr: pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 320,- €  
(nur für Absolventen/Diplom-Trainer ist diese Fortbildung billiger)  
Teilnehmerzahl: Maximal 20 Teilnehmer  
Anmeldeschluss: 08.05.2020, danach auf Anfrage

Thema: Update Höhenttraining  
Termin/Ort: 31.08.-02.09.2020 Trainerakademie in Köln  
Dozenten: Prof. Dr. Ulrich Hartmann und div. Experten  
Teilnahmegebühr: pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 290,- €  
Teilnehmerzahl: Maximal 20 Teilnehmer  
Anmeldeschluss: 31.07.2020, danach auf Anfrage

Thema: Professionelle Gesprächsführung und Verhandlungskompetenz  
Termin/Ort: 02.-04.11.2020 Trainerakademie in Köln  
Dozenten: Olaf Kortmann  
Teilnahmegebühr: pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 320,- €  
Teilnehmerzahl: Maximal 15 Teilnehmer  
Anmeldeschluss: 02.10.2020, danach auf Anfrage

Bundestrainer – Foren für ausgesuchte Sportartgruppen bzw. sportartverwandte Disziplinen: Aufgrund der gestiegenen Nachfragen organisiert die Trainerakademie Fortbildungen für Rückschlagspiele, Kampfsportarten, Mannschaftsspiele, Individualsportarten, Präzisionssportarten oder anderen Sportartgruppen.

Diese sehr individuellen Fortbildungen werden auf Wunsch der einzelnen Verbände zeitnah von der Trainerakademie organisiert. Aktuelle Informationen werden auf unserer Homepage bekannt gegeben.

Wichtig: Für die Anmeldung zu Bundestrainer-Foren sind die Absprache mit dem Spitzenverband sowie das Formular zur Bestätigung der Kostenübernahme durch den Spitzenverband zwingend erforderlich. Download unter [www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungen](http://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungen)

### **Fortbildung für Absolventen der Trainerakademie**

Ein besonderes Privileg genießen die Absolventen des Diplom-Trainer-Studienganges der Trainerakademie Köln des DOSB. Für sie werden Fortbildungen mit ausgesuchten Themen und Referenten angeboten.

Thema: Action Types  
Termin/Ort: 08.-10.06.2020 Trainerakademie in Köln  
Dozenten: Rainer Diehl  
Teilnahmegebühr: pro Person (Absolventen Diplom-Trainer-Studiengang) inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 210,- €  
Alle anderen: 320,- €  
Teilnehmerzahl: Maximal 20 Teilnehmer  
Anmeldeschluss: 08.05.2020, danach auf Anfrage

### **Trainer – Forum „Update Trainerwissen“**

Wissenschaftliche Grundlagen für die Trainertätigkeit im Leistungssport.

Die Halbwertszeit berufsspezifischen Wissens liegt bei 5 Jahren, im dynamischen System des internationalen Spitzensports vermutlich noch kürzer. Deshalb ist es für Trainerinnen und Trainer enorm wichtig, ihr Wissen regelmäßig aufzufrischen. Im Rahmen dieser neuen Fortbildungsreihe werden grundlegende Themen u.a. aus den Gebieten Trainings- und Wettkampflehre, Sportmedizin, Sportpsychologie, Leistungsdiagnostik und Ernährung vermittelt.

Dabei orientieren sich die Inhalte an den Anforderungen der Leistungssportpraxis und werden nach aktuellem Stand von Forschung und Wissenschaft praxisnah vermittelt. Das Ausbildungsniveau orientiert sich an den Anforderungen der 3. Lizenzstufe der Rahmenrichtlinien für Qualifizierung im DOSB.

Die Fortbildung richtet sich an Trainerinnen und Trainer, die ihr Trainerwissen „aktualisieren“ wollen und zugleich den Erfahrungsaustausch mit anderen Sportarten suchen. In vielen Verbänden wird die Fortbildung in der verbandspezifischen Aus- und Fortbildung als Lizenzverlängerung anerkannt.

Thema:	Update Trainerwissen 2020 - Wissenschaftliche Grundlagen für die Trainertätigkeit im Leistungssport
Termin/Ort:	23.-25.11.2020 Trainerakademie in Köln
Dozenten:	Vier unterschiedliche Themen und Referenten N.N.
Teilnahmegebühr:	pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 280,- €
Teilnehmerzahl:	mindestens 15 Teilnehmer
Anmeldeschluss:	23.10.2020, danach auf Anfrage

### **Referentenfortbildung zum Erwerb des DOSB Ausbilderzertifikats**

Als Ausbilder in den Sportverbänden begegnen Ihnen immer wieder die gleichen Probleme. Wie bringe ich all die Inhalte in der knappen Zeit unter? Wie präsentiere ich Informationen so, dass die Auszubildenden auch wirklich etwas lernen? Wie schaffe ich es, dass die Traineraspiranten das Wissen später auch sinnvoll anwenden können? Wie gehe ich mit Konflikten in der Gruppe um? Wie schaffe ich eine positive Gruppendynamik und Lernatmosphäre?

In zwei Modulen wollen wir diesen und weiteren Fragen nachgehen und Ihre Sozial- und Methodenkompetenz dabei weiter ausbauen. Während Modul 1 zunächst (sehr praxisorientiert!) die Grundlagen vermittelt und diskutiert, dürfen Sie in Modul 2 anhand eigener Fallgeschichten und bei selbst durchgeführten Lehreinheiten in der Sporthalle auf unser Feedback hoffen. Denn alles Lernen sollte aktiv und lebendig sein.

Thema:	Erstes Modul Referentenfortbildung
Termin/Ort:	26.-27.10.2020 / Köln
Dozent:	Lothar Linz, Dr. Sebastian Altfeld, Leo Held und Dr. Joachim Simen
Teilnahmegebühr:	pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung: 270,- €
Anmeldeschluss:	25.09.2020, danach auf Anfrage

Thema:	Zweites Modul Referentenfortbildung
Termin/Ort:	30.11.-01.12.2020 / Köln
Dozent:	Lothar Linz und Leo Held
Teilnahmegebühr:	pro Person inkl. Übernachtung/Verpflegung: 270,- €
Anmeldeschluss:	30.10.2020, danach auf Anfrage

Detaillierte Informationen zu allen Fortbildungen der Trainerakademie Köln des DOSB sowie die Möglichkeit zur Anmeldung und das Formular zur Kostenübernahme durch den Spitzenverband finden Sie unter: [www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungen](http://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungen)

## **Ausbildung zum Langhanteltrainer an der Trainerakademie Köln des DOSB 2020**

Die Langhanteltrainer - Ausbildung 2020 der Trainerakademie Köln des DOSB wendet sich an Trainer aller Sportarten. Der zukünftige Langhanteltrainer erlangt im Rahmen der Ausbildung die Kompetenz, des technischen, didaktischen und methodisch korrekten Einsatzes aller Langhantel-Kraftübungen. Sie befähigt den Trainer, das Langhanteltraining in seiner Hauptsportart eigenständig zu planen, zu organisieren und durchzuführen. Das Ausbildungsangebot hilft, die Wirksamkeit des Krafttrainings - sowohl im Einzel- wie auch im Mannschaftssport - zu optimieren.

In diesem Jahr werden wir noch keine festen Termine für die zwei dreitägigen Ausbildungsmodule und das eintägige Prüfungsmodul festlegen.

Wir werden mit ausgesuchten Verbänden eine Kooperation eingehen und eine Langhanteltrainer-Ausbildung in der ersten und zweiten Jahreshälfte anbieten.

Bitte informieren Sie sich auf unserer Homepage unter <https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/langhanteltrainerausbildung> nach den aktuellen Angeboten der Langhanteltrainer – Ausbildungen 2020.

## **Ausbildung zum Athletiktrainer des DOSB an der Trainerakademie Köln 2020**

Die Athletiktrainer-Ausbildung der Trainerakademie Köln des DOSB wendet sich an Trainer, die im Athletiktraining des Leistungs- und Nachwuchsleistungssports in verschiedenen Sportarten tätig sind oder dafür vorgesehen sind. Das Ausbildungsniveau entspricht einer A-Trainer-Ausbildung, spezialisiert sich aber inhaltlich auf das Athletiktraining.

Da die Ausbildung 2020 bereits ausgebucht ist, hier die geplanten Termine 2021

- |                             |        |
|-----------------------------|--------|
| 1. Modul: 19.03.-21.03.2021 | Hennef |
| 2. Modul: 14.06.-16.06.2021 | Hennef |
| 3. Modul: 23.08.-25.08.2021 | Hennef |
| 4. Modul: 25.10.-27.10.2021 | Hennef |
| 5. Modul: 13.12.-15.12.2021 | Hennef |

Bewerbungsschluss ist der 14.09.2020 (Eingang) per Mail an:  
[athletiktrainer@trainerakademie-koeln.de](mailto:athletiktrainer@trainerakademie-koeln.de)

## **DOSB-Zertifikatsausbildung zum „Trainer im Nachwuchsleistungssport“ 2020**

Die DOSB-Zertifikatsausbildung zum „Trainer im Nachwuchsleistungssport“ an der Trainerakademie Köln des DOSB wendet sich an Trainer/-innen, die in ihrer Sportart im Nachwuchsleistungssport tätig oder dafür vorgesehen sind (mind. LK-Landeskader). Das Ausbildungsniveau entspricht einer A-Trainer-Ausbildung, spezialisiert sich aber inhaltlich auf das Training von Nachwuchssportlern/-innen im Aufbau- und Anschlussstraining.

Ziel der Ausbildung ist es, die Trainerinnen und Trainer auf der Grundlage eines modernen, teilnehmerorientierten und kollaborativ-kooperativen Ausbildungskonzeptes dabei zu unterstützen, die für eine erfolgreiche Arbeit als Trainer im deutschen Nachwuchsleistungssport erforderlichen Fach-, Sozial- sowie Selbstkompetenzen zu erwerben.

Der Ausbildungsumfang beträgt 130 Lerneinheiten in fünf Modulen mit zentralen Lehrveranstaltungen zzgl. 70 individuellen Lerneinheiten in Erstellung eines Anforderungsprofils, einer Hausarbeit zum Trainingskonzept, Filmen einer Trainingseinheit und Vor- sowie Nachbereitung der Module.

01.07.2020 Ausbildungsbeginn Onlinephase

- |                          |      |
|--------------------------|------|
| 1. Modul: 14.-16.09.2020 | Köln |
| 2. Modul: 09.-11.11.2020 | Köln |
| 3. Modul: Januar 2021    | Köln |
| 4. Modul: März 2021      | Köln |
| 5. Modul: Mai 2021       | Köln |

Bewerbungsschluss ist der 15.03.2020:

Alle weiteren Informationen finden Sie unter:

<https://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungsreihe/nachwuchstrainerausbildung>

### **Haben Sie Fragen zu den Fortbildungen?**

Wenden Sie sich an Herrn Frank Wieneke unter Tel. 0221-94875-13 oder schreiben Sie eine E-Mail an [wieneke@trainerakademie-koeln.de](mailto:wieneke@trainerakademie-koeln.de)

### **Euer Team der Trainerakademie Köln des DOSB**