

# Fortbildungen 2013

der Trainerakademie Köln des DOSB



Die Bundestrainer-Foren  
Unsere Fortbildungen für Absolventen  
Die Referentenfortbildungen mit DOSB Ausbilderzertifikat  
Update Trainerwissen  
Athletiktrainerausbildung

Unsere neue Website ist online!  
<http://trainerakademie-koeln.de>



## Fortbildungen für das Jahr 2013

### Das Fortbildungsprogramm der Trainerakademie Köln des DOSB Von A wie Absolventenfortbildungen bis R wie Referentenfortbildungen

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.

1. **Bundestrainer-Foren** für im Leistungssport tätige Trainerinnen und Trainer z.B. auch für OSP-mischfinanzierte Trainerinnen und Trainer.
2. **Absolventenfortbildungen** für Absolventinnen und Absolventen der Trainerakademie.
3. **Referentenfortbildungen** für Referentinnen und Referenten der verbandsspezifischen Trainer Aus- und Weiterbildungen.
4. **Update Trainerwissen** wissenschaftliche Grundlagen für die Trainertätigkeit im Leistungssport.
5. **Athletiktrainer-Ausbildung** für den Einsatz in den Spielsportarten.

Weiterführende Informationen sowie **Anmeldemöglichkeiten** zu allen Fortbildungsveranstaltungen der Trainerakademie Köln sowie Anmeldemöglichkeiten finden Sie jederzeit auf unserer Website unter <http://www.trainerakademie-koeln.de/fortbildungen>





## Bundestrainer-Foren

Die Themen der zwei- bis dreitägigen Bundestrainer-Foren werden immer den aktuellen Bedürfnissen des Deutschen Spitzen- und Leistungssports angepasst.

Teilnahmeberechtigt sind alle Bundestrainerinnen und Bundestrainer bzw. Trainerinnen und Trainer, die im Hochleistungssport tätig sind. Seit 2010 werden auch OSP-mischfinanzierte Trainerinnen und Trainer zugelassen.

## Programm

### „Social Media“ - Kommunikationswege im Sport und deren Einfluss

04.-05.02.2013 in Köln

Referenten: Prof. Dr. Dr. Josef Hackforth

Ort: Trainerakademie Köln des DOSB

Preis: inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 170€

Anmeldeschluss: 18.01.2013, danach auf Anfrage

[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)

### Psychologische Einzelfallberatung für Trainer

11. - 12.03.2013 in Köln

Referenten: Lothar Linz und Christian Fust

Ort: Trainerakademie Köln des DOSB

Preis inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 280€

Anmeldeschluss: 08.02.2013, danach auf Anfrage

[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)

### Rumpfstabilisation – Leistungssteigerung und Verletzungsprophylaxe

22. - 24.04.2013 in Köln

Referenten: Roman Jahoda, Gerald Mitterbauer und Lukas Leitner

Ort: Trainerakademie Köln des DOSB

Preis inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 350€

Anmeldeschluss: 22.03.2013, danach auf Anfrage

[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)

### Zweikampfsportarten Erfahrungen London 2012 und Konsequenzen für die Trainingsplanung auf

Rio de Janeiro 2016

22. - 24.04.2013 in Köln

Referenten: Ausgesuchte Trainer aus den Zweikampfsportarten

Ort: Trainerakademie Köln des DOSB

Preis inkl. Übernachtung/Verpflegung: 190€

Anmeldeschluss: 03.05.2013, danach auf Anfrage

[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)

### Quo vadis Athletiktraining?

10. - 12.06.2013 in Köln

Referenten: Martin Zawieja und Daniel Bukac

Ort: Trainerakademie Köln des DOSB

Preis: inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 310€

Anmeldeschluss: 10.05.2013, danach auf Anfrage

[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)

### Das Reiss Profile - Individualisierte Kommunikation und Motivation für Spitzenathleten auf der Basis moderner Persönlichkeitsforschung.

23. - 25.09.13 in Hamburg

Referenten: Peter Boltersdorf

Ort: Trainerakademie Köln des DOSB

Preis inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 350€

Anmeldeschluss: 23.08.2013, danach auf Anfrage

[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)

### Bundestrainer – Foren für ausgesuchte Sportartgruppen bzw. sportartverwandte Disziplinen

Nach Auswertung der Befragung bei der Bundestrainerkonferenz 2011 in Erfurt bestand großer Bedarf an gemeinsamen Fortbildungen in sportartverwandter Disziplinen. Aufgrund dessen organisiert die Trainerakademie Fortbildungen für Rückschlagspiele, Kampfsportarten, Mannschaftsspiele, Individualsportarten, Präzisionssportarten oder anderen Sportartgruppen.

Diese sehr individuellen Fortbildungen werden auf Wunsch der einzelnen Verbände von der Trainerakademie organisiert. Diese Veranstaltungen können zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht bekannt gegeben werden, erst auf Anfragen werden wir die entsprechenden Bundestrainer – Foren in die Wege leiten.



## Absolventenfortbildung

Ein besonderes Privileg genießen die ehemaligen Studentinnen und Studenten der Trainerakademie. Für sie werden extra Absolventenfortbildungen mit ausgesuchten Themen aus dem Leistungssport angeboten. Ziel ist es, aktuelle Fragestellungen in spezifischen Seminaren zu behandeln um die Absolventinnen und Absolventen auf den neuesten Stand der sportwissenschaftlichen Entwicklung zu bringen.

### **Methodisches Langhanteltraining in der Anwendung** 25. - 27.02.2013 in Leimen

**Referenten:** Martin Zawieja und Christian Thomas  
**Ort:** Leistungszentrum Gewichtheben Leimen  
**Preis:** inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 130€  
[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)

### **Angewandte Leistungsdiagnostik Umsetzung von Testergebnissen in die Trainingspraxis**

09. - 11.09.2013 in Köln

**Dozenten:** Dr. Oliver Heine und Falk Schade

**Ort:** Trainerakademie Köln des DOSB

**Preis:** inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 130€

[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)

## Referentenfortbildung

Die Fortbildung für Referentinnen und Referenten zielt darauf ab, zur Verbesserung der Vermittlungskompetenz, der in der verbandlichen Traineraus- und Weiterbildung eingesetzten Lehrkräfte und Referenten/innen sowie ihrer Reflexionsfähigkeit hinsichtlich des Selbst- und Rollenverständnisses als Lehrkraft beizutragen.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollen in moderne Methoden der Erwachsenenbildung eingeführt wer-





den. Fachlich-inhaltliche Aspekte der einzelnen Trainerausbildungsbereiche werden nicht thematisiert.

Es werden zwei in sich geschlossene, gleichwohl aufeinander abgestimmte, **jeweils zweitägige Module mit je 15 Lehreinheiten** angeboten. Beide Module berücksichtigen Elemente der Ausbildungsschwerpunkte gemäß Rahmenrichtlinien (Methoden- und Sozialkompetenz). Wir empfehlen, mit Modul 1 zu starten.

Nach erfolgreicher Teilnahme an beiden Modulen erhalten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer das **Ausbilderzertifikat des DOSB**. Beide Module sind innerhalb von zwei Kalenderjahren zu absolvieren.

#### **Modul 1 zum Erwerb des Zertifikats**

**04. - 05.03.2013 in Köln**

**Lehrgangsleitung:** Prof. Dr. Lutz Nordmann

**Lehrbeauftragte:** Klaus Oltmanns und Dipl.-Psych. Lothar Linz

**Ort:** Trainerakademie Köln des DOSB

**Preis:** inkl. Übernachtung/Verpflegung 145€

[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)

#### **Modul 2 zum Erwerb des Zertifikats**

**14. - 15.10.2013 in Köln**

**Lehrgangsleitung:** Prof. Dr. Lutz Nordmann

**Lehrbeauftragte:** Klaus Oltmanns und Dipl.-Psych. Lothar Linz

**Ort:** Trainerakademie Köln des DOSB

**Preis:** inkl. Übernachtung/Verpflegung 145€

[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)

Für Lehrkräfte, die die Gültigkeitsdauer des Zertifikats verlängern möchten, bieten wir eine gesonderte Verlängerungs-Fortbildung an. Teilnehmer unserer Schulungsjahre 2008 und 2009 werden bei Anmeldung bis zum **31.07.2013** bevorzugt berücksichtigt.

#### **Seminar zur Verlängerung des**

**DOSB-Ausbilderzertifikats**

**30.09. - 01.10.2013 in Köln**

**Ort:** Trainerakademie Köln des DOSB

**Preis:** inkl. Übernachtung/Verpflegung 145€

**Lehrbeauftragte:** Klaus Oltmanns

[Direktlink zur Fortbildung/Anmeldung](#)



## Update Trainerwissen

Die neue Veranstaltungsreihe **Update Trainerwissen** vermittelt wissenschaftliche Grundlagen für die Trainertätigkeit im Leistungssport. Die Halbwertszeit berufsspezifischen Wissens liegt bei 5 Jahren, im dynamischen System des internationalen Spitzensports ist sie vermutlich noch kürzer. Deshalb ist es für Trainerinnen und Trainer enorm wichtig, ihr Wissen regelmäßig aufzufrischen. Dabei orientieren sich die Inhalte an den Anforderungen der Leistungssportpraxis, diese werden nach aktuellem Stand von Forschung und Wissenschaft praxisnah vermittelt.

Die Fortbildung richtet sich an Trainerinnen und Trainer, die ihr Trainerwissen „aktualisieren“ wollen und zugleich den Erfahrungsaustausch mit anderen Sportarten suchen.

Im Rahmen dieser neuen Fortbildungsreihe werden grundlegende Themen u.a. aus den Gebieten Trainings- und Wettkampflehre, Sportmedizin, Sportpsychologie, Leistungsdiagnostik und Ernährung vermittelt. Mit der Konzeption dieser Ausbildungsreihe greift die Trainerakademie Köln des DOSB explizit den Wunsch der Spitzenverbände auf, in diesem Bereich unter Einbezie-

hung der Dozenten der Trainerakademie entsprechende Fortbildungsangebote für Trainerinnen und Trainer anzubieten.

Einige Verbände haben vorgeschlagen diese Fortbildung in ihrer verbandspezifischen Aus- und Fortbildung anzuerkennen.

**„Update Trainerwissen 20.13“ - Wissenschaftliche Grundlagen für die Trainertätigkeit im Leistungssport 18. - 20.11.2013 in Köln**

**Thema:** N.N.

**Dozenten:** N.N

**Preis:** inkl. Übernachtung/Verpflegung im EZ: 280€

[Direktlink zur Fortbildung](#)

## Athletiktrainer-Ausbildung für den Einsatz in den Spielsportarten

Die Athletiktrainer-Ausbildung 2013 der Trainerakademie Köln des DOSB wendet sich in dieser Sondermaßnahme an Trainer verschiedener Herkunftssportarten, die im Athletiktraining des Leistungs- und Nachwuchssports der beteiligten Spielsportarten tätig



sind oder sein sollen (in den Verbänden, Stützpunkten und leistungsstarken Vereinen). Entsprechend dem vorgesehenen Einsatz wird das Ausbildungsniveau vergleichbar mit dem einer üblichen A-Trainer-Ausbildung aus den Fachsportarten sein, sich aber inhaltlich auf das Athletiktraining spezialisieren. Ein Teil der Ausbildung wird in direkter Zusammenarbeit mit der Zielsportart erfolgen.

Die detaillierte Ausschreibung mit Anmelde- und Zulassungsvoraussetzungen sowie Bewerbungsantrag wird Ende November 2012 auf der Webseite der Trainerakademie veröffentlicht. Bewerbungsschluss wird im Januar 2013 sein, über Auswahl und Zulassung wird im Februar entschieden.

Der Ausbildungsumfang beträgt 120 Lerneinheiten in vier Blöcken mit zentralen Lehrveranstaltungen zzgl. 30 individuellen Lerneinheiten (Praktikum, sportartspezifische Umsetzung) im Verband der jeweiligen Zielsportart.

## Termine

1. Block: 22. - 24. April 2013 in Köln
2. Block: 27. - 29. Mai 2013 in Köln
3. Block: 15. - 17. Juli 2013 in Köln, individuell:  
Praktikum
4. Block: 28. - 30. Oktober 2013 in Köln

Vollständige Teilnahme und Praktikum sind Voraussetzung für die Zulassung zur Prüfung, die nach der 4. Folge stattfinden wird. Nach erfolgreich bestandener Abschlussprüfung erhalten die Teilnehmer das DOSB-Athletiktrainer-Zertifikat.

Die Lehrgangsgebühr beträgt 1.150 Euro pro Teilnehmer. Übernachtung, Verpflegung und Anreise gehen zu Lasten der Teilnehmer.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
des Innern

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages



[www.sportland.nrw.de](http://www.sportland.nrw.de)

## Impressum

### Herausgeber

Trainerakademie Köln des DOSB  
Guts-Muths-Weg 1  
50933 Köln  
Tel: 0221 94875 0  
Fax: 0221 94875 20  
[www.trainerakademie-koeln.de](http://www.trainerakademie-koeln.de)

### Redaktion

Christoph Dolch  
e-Mail: [dolch\(at\)trainerakademie-koeln\(.\)de](mailto:dolch(at)trainerakademie-koeln(.)de)  
Tel. 0221/94875-12  
Fax. 0221/94875-20

### Fotos

Trainerakademie Köln des DOSB (soweit nicht anders angegeben). Der Versand des Trainerakademie-Newsletters erfolgt ausschließlich elektronisch. Der Bezug ist kostenlos. Sie können sich jederzeit über unsere Website [www.trainerakademie-koeln.de](http://www.trainerakademie-koeln.de) dafür an- bzw. abmelden. Die Veröffentlichung von Artikeln oder Auszügen ist mit Quellenangabe und unter Zusendung eines Belegexemplars erlaubt.

© Trainerakademie Köln des DOSB, 2009