

Ausbildungsweg Trainer Ski Alpin

„C-Trainer für Trainerwesen Ski Alpin“

Ausbildungsbeschreibung

Der Einsatzbereich der AbsolventInnen der C-Trainerausbildung für Trainerwesen Ski-Alpin liegt insbesondere in Schulen mit skisportlichem Schwerpunkt, bei den Landesverbänden und beim ÖSV bis hinauf zum Europacup und den Weltcup.

1. Leitung

Österreichischer Skiverband, Olympiastrasse 10, 6020 Innsbruck

Mag. Gert Ehn (ÖSV); E-Mail: gert.ehn@oesv.at

Dr. Oliver Bachmann (BSPA), E-Mail: oliver.bachmann@bspa.at

Die Anmeldung zum C-Trainer für Trainerwesen Ski Alpin erfolgt über den Landesverband oder direkt bei der Sportakademie Innsbruck mit Rückmeldung an den Landesverband.

2. Ziel

Die AbsolventInnen dieser Ausbildung sind qualifiziert, AthletInnen ab Ende Schüleralter bis zum Höchstleistungsalter im Grundlagen- Aufbau- und Hochleistungstraining zu unterweisen und Leistungs- bzw. Spitzensportler vor, im und nach dem Training und Wettkampf zu betreuen.

3. Umfang und Inhalte

Umfang:

- Theorie- und Konditionsteil: 5 Tage
- Schneeteil 1: 8 Tage
- Schneeteil 2: 10 Tage
- Abschlussprüfung 1 Tag

Inhalte:

Die C-Trainer-Ausbildung umfasst alle Renndisziplinen (SL, RSL, SG, A).

Es werden hohe Ansprüche an das Eigenkönnen, das Kurssetzen, die Methodik und das Coaching gesetzt.

Weiters werden erweiterte theoretische Inhalte aus den Bereichen Trainingslehre, Bewegungslehre, Didaktik und Methodik, Biomechanik, Sportmedizin und Lehrauftritte vermittelt.

4. Voraussetzungen

Voraussetzung ist die abgeschlossene D-Trainerausbildung und die erfolgreich bestandene Eignungsprüfung zum C-Trainer.

5. Kosten

Die TeilnehmerInnen haben für die Fahrt, die Lift-, Aufenthalts- und Verpflegungskosten aufzukommen und geringe Beiträge für die Lernunterlagen zu entrichten.

6. Abschluss

Eine Beurteilung der Grundtechnik und der Renntechnik der KandidatInnen erfolgt durch die jeweiligen Ausbilder und ein spezieller praktisch-methodischer Lehrauftritt gibt Auskunft über die unterrichts- und trainingspraktischen Kenntnisse der KandidatInnen.

Bei der mündlichen kommissionellen Abschlussprüfung werden die Fächer Sportbiologie, spezielle Trainingslehre und spezielle Bewegungslehre und Biomechanik geprüft. Alle anderen unterrichteten Fächer werden innerhalb des Kurses schriftlich geprüft.

Nach positivem Abschluss der kommissionellen Prüfung erhalten die AbsolventInnen ein staatliches Zeugnis und ein Trainerdiplom sowie die sogenannte C-Lizenz des österreichischen Skiverbandes.