

Verlauf der Ausbildung DSV-Trainer – B Biathlon

1. Zentrallehrgang 3 Tage (20 LE)	Heimarbeit + Selbststudium/ Belegarbeit (25 LE)	Hospitation (10 LE)	2. Zentrallehrgang 3,5 Tage (25 LE)	Heimarbeit + Selbststudium/ Belegarbeit (25 LE)	Hospitation (10 LE)	1. Zentrallehrgang 3,5 Tage (25 LE)					
<p style="text-align: center;">Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Leistungs- und Trainingsstruktur Biathlon (II) ▪ Prognoseleistung ▪ Konditioneller Leistungsfaktor ▪ Trainingssteuerung ▪ Förderkonzepte des DSV ▪ Sportmedizinische GL (II) ▪ Pädagogisch-methodische Führungsstile/ Anforderungen an die Persönlichkeit des Trainers ▪ Trainingsprinzipien und Anwendung ▪ Trainingsplanung ▪ Zieltechniken- biomechanische GL ▪ Leistungsdiagnostik im Biathlon ▪ Trainingsdokumentation im Biathlon ▪ Inline- Koordination/ Motorik/ Vielseitigkeit 			<p style="text-align: center;">Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Techniktraining Lauf ▪ Techniktraining Schießen ▪ Konditionelle Fähigkeiten <ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlagenausdauer ▪ Kraftausdauer ▪ Schnelligkeit ▪ Maximalkraft ▪ Kolloquium zur Trainingsplanung 			<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Ausbildung gesamt:</td> <td style="text-align: right;">140 LE</td> </tr> <tr> <td><i>Zentrale Lehrgänge</i></td> <td style="text-align: right;"><i>70 LE</i></td> </tr> <tr> <td><i>Hospitation</i></td> <td style="text-align: right;"><i>20 LE</i></td> </tr> <tr> <td><i>Selbststudium</i></td> <td style="text-align: right;"><i>50 LE</i></td> </tr> </table>	Ausbildung gesamt:	140 LE	<i>Zentrale Lehrgänge</i>	<i>70 LE</i>	<i>Hospitation</i>
Ausbildung gesamt:	140 LE										
<i>Zentrale Lehrgänge</i>	<i>70 LE</i>										
<i>Hospitation</i>	<i>20 LE</i>										
<i>Selbststudium</i>	<i>50 LE</i>										