

Verlauf der Ausbildung DSV-Trainer – C Biathlon

1. Zentrallehrgang 4,5 Tage (45 LE)	Heimarbeit + Selbststudium/ Belegarbeit (20 LE)	Hospitation (20 LE)	2. Zentrallehrgang 5 Tage (45 LE)	Heimarbeit + Selbststudium (25 LE) / Belegarbeit (30 LE)	3. Zentrallehrgang 4 Tage (40 LE)					
<p style="text-align: center;">Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Planmaterialien der Sportart ▪ Wettkampfstruktur Biathlon ▪ Einführung in die Leistungs- und Trainingsstruktur Biathlon <ul style="list-style-type: none"> ▪ Psychologische Eigenschaften ▪ Konditioneller Leistungsfaktor ▪ Intensitätsgestaltung ▪ Trainingsmittel und -methoden ▪ Besonderheiten des Kinder und Jugendtrainings ▪ Einführung in Trainingsplanung ▪ Etappenstruktur u. Inhalte des Grundlagen- und Aufbautrainings ▪ Inlinespezifisches Vielseitigkeitstraining ▪ Funktionelle Kraftgymnastik (I) ▪ Gerät u. Ausrüstung/ Sohlenpräparation ▪ Grundlagen der sportgerechten Ernährung ▪ Gestaltung der Trainingseinheiten ▪ Schießstandleiterbefähigung 			<p style="text-align: center;">Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Spezifisches Vielseitigkeitstraining ▪ Erlernung und Vervollkommnung Alpiner Fahrtechniken ▪ Vervollkommnung Skating und Klassischer Lauftechniken ▪ Methodik Alpiner- und Skilanglauf-techniken ▪ Fehlerkorrektur/Videoanalyse ▪ Zu Systematik und Umweltaspekten des Skisports ▪ Einführung in Lawinenkunde <p>Prüfungsbestandteile:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Technikdemonstration Ski ▪ Lehrproben 		<p style="text-align: center;">Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Funktionelle Anatomie/ Sportbiologische Grundlagen ▪ Wettkampf-/ Leistungsstruktur des Biathlonschießens (I) ▪ Handlungsabläufe ▪ Schießtechnik ▪ Methodik ▪ Videoanalysen/Fehlerkorrektur ▪ Techniktraining und Lehrmethodik Skiroller ▪ Rechtsfragen im Skisport/ Biathlon ▪ Aktuelles Regelwerk Biathlon ▪ Jugendbasislizenz <p>Prüfungsbestandteile:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Eingangsklausur ▪ Belegarbeit ▪ Lehrproben ▪ Technikdemonstration Skiroller ▪ Technikdemonstration Biathlonschießen ▪ Prüfung JuBaLi ▪ Theorieabschluss 					
			<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td>Ausbildung gesamt:</td> <td style="text-align: right;">225 LE</td> </tr> <tr> <td><i>Zentrale Lehrgänge</i></td> <td style="text-align: right;"><i>130 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>75 LE</i></td> </tr> </table>		Ausbildung gesamt:	225 LE	<i>Zentrale Lehrgänge</i>	<i>130 LE</i>	<i>Hospitation</i>	<i>20 LE</i>
Ausbildung gesamt:	225 LE									
<i>Zentrale Lehrgänge</i>	<i>130 LE</i>									
<i>Hospitation</i>	<i>20 LE</i>									
<i>Selbststudium</i>	<i>75 LE</i>									