

## Ausschreibung zur Trassi/C-Trainer\*innen Fortbildung

<b>Lehrgangs-Nr.:</b>	<b>L22-08/20</b>	
<b>Lehrgangsbezeichnung:</b>	<b>Fortbildung für Trassi/C-Trainer*innen-Breitensport im Modul Sport Verstehen und Vermitteln 1</b>	
<b>Veranstalter:</b>	Niedersächsischer Badminton-Verband e.V.	
<b>Ausrichter:</b>	Niedersächsischer Badminton-Verband e.V.	
<b>Ansprechpartner vor Ort:</b>	Michael Mai, <a href="mailto:Lehrkraft@nbv-online.de">Lehrkraft@nbv-online.de</a> , 0170-4799842	
<b>Präsenztermin:</b>	26.08.2022 bis 28.08.2022	
<b>Zeiten:</b>	Freitag 17:00 Uhr - Sonntag 14:00 Uhr	
<b>Ort:</b>	Akademie des Sports, Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10 30169 Hannover	
<b>Übernachtung und Verpflegung:</b>	s.o. – die Kosten werden vom NBV übernommen und sind nicht im Teilnehmerbeitrag enthalten.	
<b>Teilnahmebedingungen:</b>	gültige oder sich in der Erneuerungsphase befindende Trassi bzw. C- Trainer*in-Breitensport-Lizenz	
<b>Referenten:</b>	Michael Mai, Rainer Diehl, N.N	
<b>Lehrgangsleitung:</b>	NBV-Lehrkraft Michael Mai	
<b>Anmeldung:</b>	Die Anmeldung muss aus Versicherungsgründen über den Verein erfolgen. Sie erfolgt <u>ausschließlich</u> mit der <b>NBV-Onlineanmeldung</b> .	
<b>Meldeschluss:</b>	<b>15.08.2022</b> - Auf verspätet eingehende Anmeldungen wird ein Verspätungszuschlag von <b>25 Euro</b> erhoben.	
<b>Teilnehmerbeitrag:</b>	85 Euro für Mitglieder von Vereinen, die dem NBV angeschlossen sind. Andere zahlen das Doppelte. Sie wird per Lastschrift eingezogen.	
<b>Stornierung:</b>	<b>Die Anmeldung verpflichtet grundsätzlich zur Zahlung!</b> Bei krankheitsbedingter Abmeldung erfolgt eine Erstattung des Teilnehmerbeitrags, abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 25 €, <b>nur</b> wenn ein ärztliches Attest beigebracht wird.	
<b>Sonstiges:</b>	Der Lehrgang findet als Präsenz und Blended-Learning Modul statt und wird über die DBV-Lehr-/Lernplattform Racketmind begleitet. Eine Anmeldung bei Racketmind ist notwendig. Die Online Teile werden im Präsenzmodul abgesprochen, es gibt vorab kurze Aufgaben zum Bearbeiten in Racketmind.	
<b>Vorbehalt:</b>	Veranstalter und Ausrichter behalten sich Änderungsmöglichkeiten vor.	
<b>Kontakte:</b>	Michael Brundiars Referatsleiter Lehre	Michael Mai Lehrgangsleiter

e-mail: [lehre@nbv-online.de](mailto:lehre@nbv-online.de)

## Ausschreibung zur Trassi/C-Trainer\*innen Fortbildung

### Lehrgangsinhalte:

Inhalte:

Didaktik und Methodik

- grundlegende didaktische Konzepte
- grundlegende Vermittlungsstrategien
- grundlegende Methodik im Training bei Kindern und Erwachsenen
- Aufbau einer Trainingseinheit
- Leitung von Gruppen

Trainingswissenschaften

- Grundlagen im Krafttraining
- Krafttraining im Badminton
- Grundlagen zum Ausdauertraining
- Ausdauertraining im Badminton
- Grundlage des Koordinationstrainings
- Koordinationstraining im Badminton

Verletzungsprophylaxe und Regeneration:

- belastungsspezifisches Auf- und Abwärmen
- Risiken des Sports (z. B. Verletzungen)
- Regenerationsmaßnahmen

Ernährung und Dopingprävention:

- Energieträger und Grundlagen einer gesunden Ernährung
- Ernährung im Sport und Nahrungsergänzungsmittel
- Auswirkungen und Gefahren von Doping

Sexualisierte Gewalt im Sport:

- Begrifflichkeiten und Formen von sexualisierter Gewalt im Sport
- Hilfsmöglichkeiten, Ansprechpartner LSB, NBV