

## Ausschreibung zur C-Trainer\*innen Fortbildung

- Lehrgangs-Nr.:** L22-12/30
- Lehrgangsbezeichnung:** Fortbildung für C-Trainer\*innen im Modul SVV 2  
**Sport Verstehen und Vermitteln 2**
- Veranstalter:** Niedersächsischer Badminton-Verband e.V.  
**Ausrichter:** Niedersächsischer Badminton-Verband e.V.  
**Ansprechpartner vor Ort:** Michael Mai, [Lehrkraft@nbv-online.de](mailto:Lehrkraft@nbv-online.de), 0170-4799842  
**Präsenztermin:** 03./04.12.2022  
**Zeiten:** Samstag 10:00 Uhr - Sonntag 14:00 Uhr  
**Ort:** Akademie des Sports,  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10  
30169 Hannover
- Übernachtung und Verpflegung:**  
s.o. – die Kosten werden vom NBV übernommen und sind nicht im Teilnehmerbeitrag enthalten.  
Ein Übernachtungswunsch ist mit der Anmeldung per e-mail (siehe Kontakte) mitzuteilen.
- Teilnahmebedingungen:** Trassi-Lizenz
- Referenten:** Michael Mai, Lukas Dieckhoff
- Lehrgangsleitung:** NBV-Lehrkraft Michael Mai
- Anmeldung:** Die Anmeldung muss aus Versicherungsgründen über den Verein erfolgen. Sie erfolgt ausschließlich mit der **NBV-Onlineanmeldung**.  
<https://www.nbv-online.de/index.php/lehre/anmeldungstrainer>
- Meldeschluss:** **14.11.2022** - Auf verspätet eingehende Anmeldungen wird ein Verspätungszuschlag von **25 Euro** erhoben.
- Teilnehmerbeitrag:** 85 Euro für Mitglieder von Vereinen, die dem NBV angeschlossen sind. Andere zahlen das Doppelte. Sie wird per Lastschrift eingezogen.  
**Die Anmeldung verpflichtet grundsätzlich zur Zahlung!**
- Stornierung:** Bei krankheitsbedingter Abmeldung erfolgt eine Erstattung des Teilnehmerbeitrags, abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 25 €, nur wenn ein ärztliches Attest beigebracht wird.
- Sonstiges:** 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.
- Vorbehalt:** Veranstalter und Ausrichter behalten sich Änderungsmöglichkeiten vor.
- Kontakte:** Michael Brundiars  
Referatsleiter Lehre  
Michael Mai  
Lehrgangsleiter

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

## Ausschreibung zur C-Trainer\*innen Fortbildung

### Lehrgangsinhalte SVV2:

#### Grundlagen des Athletiktrainings:

- Überblick über konditionelle Fähigkeiten
- Anatomie des aktiven und passiven Bewegungsapparates
- Mobilität und Stabilität als Grundlage für sportliche Leistung

#### Krafttraining:

- Methoden im Krafttraining
- Krafttraining im Badminton

#### Ausdauertraining:

- Methoden zum Ausdauertraining
- Ausdauertraining im Badminton

#### Koordinationstraining:

- 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