



**Ausschreibung:  
Athletiktrainer/-innen im  
Nachwuchsleistungssport**

Der Westdeutsche Hockey-Verband möchte sich mit dieser Fortbildung gezielt an Trainer\*innen im Nachwuchsleistungssport richten.

**Ziel der Ausbildung ist es, Aspekte des Athletiktraining mit dem Schwerpunkt Feld-Hockey für die Altersklassen 10-16 Jahre zu vermitteln.**

**Termine:**

1. Wochenende
  - a. Samstag, 24.08.24 – 9:00 bis 15:45
  - b. Sonntag, 25.08.24 – 9:00 bis 15:45
2. Wochenende
  - a. Samstag, 14.09.24 – 9:00 bis 15:45
  - b. Sonntag, 15.09.24 – 9:00 bis 15:45

**Veranstalter:** Westdeutscher Hockey-Verband e.V.

**Ort:** Hockeyhalle, Rot-Weiß Köln, Olympiaweg 9, 50933 Köln

**Leitung/Dozenten:**

- Oliver Nesges (M.Sc Psychology in Sport and Exercise, B.Sc. Sport und Leistung, DOSB-Athletiktrainer, OS-Coach)
- Marvin Erxleben (B.Sc. Sport und Leistung, Exos Performance Specialist, Leichtathletik B-Lizenz; OS-Coach)
- Und weitere Gast-Dozenten

**Gebühren:**

267 € pro Teilnehmer\*in

Inklusive des Buches „Allgemein motorische, koordinative und athletische Grundausbildung im Grundlagentraining“ (216 S., 326 Fotos)

Die Rechnungslegung erfolgt im Anschluss an die Veranstaltung

*Verpflegung und ggf. Unterbringung erfolgt eigenständig. Gastronomie im Club vorhanden.*

**Zielgruppe:**

Trainer\*innen aller Lizenzstufen, Sportlehrer\*innen, Übungsleiter

**Umfang:**

- 30 Lerneinheiten a 45 Minuten, davon 28 in Präsenz und 2 im Eigenstudium



### **Inhalte:**

- Sportartprofil Feld-Hockey
- Körperschule-Turnen (Schwerpunkt Kraft und Beweglichkeit ohne Geräte)
- Monitoring und Diagnostiken
- Schnelligkeit (Springen, Laufen)
- Motorisches Lernen
- Mobilisation
- Stabilisation
- Krafttraining
- Warmup
- Praktische Prüfung – Themenbezogen

### **Abschluss:**

- Zertifikat des LSB NRW e.V.:
  - o Athletiktrainer\*in im Nachwuchsleistungssport (gültig für 4 Jahre)
- Als Lizenzverlängerung (C, B, A) beim Deutschen Hockey Bund anerkannt

### **Anmeldung:**

Bis zum 20.08.2024 per Mail an: [info@whv-trainerschule.de](mailto:info@whv-trainerschule.de)

Name, Vorname:

Anschrift:

Geburtsdatum:

Mail:

Telefon:

Sportart/Verein:

Vorherige Qualifikationen/Lizenzen: