

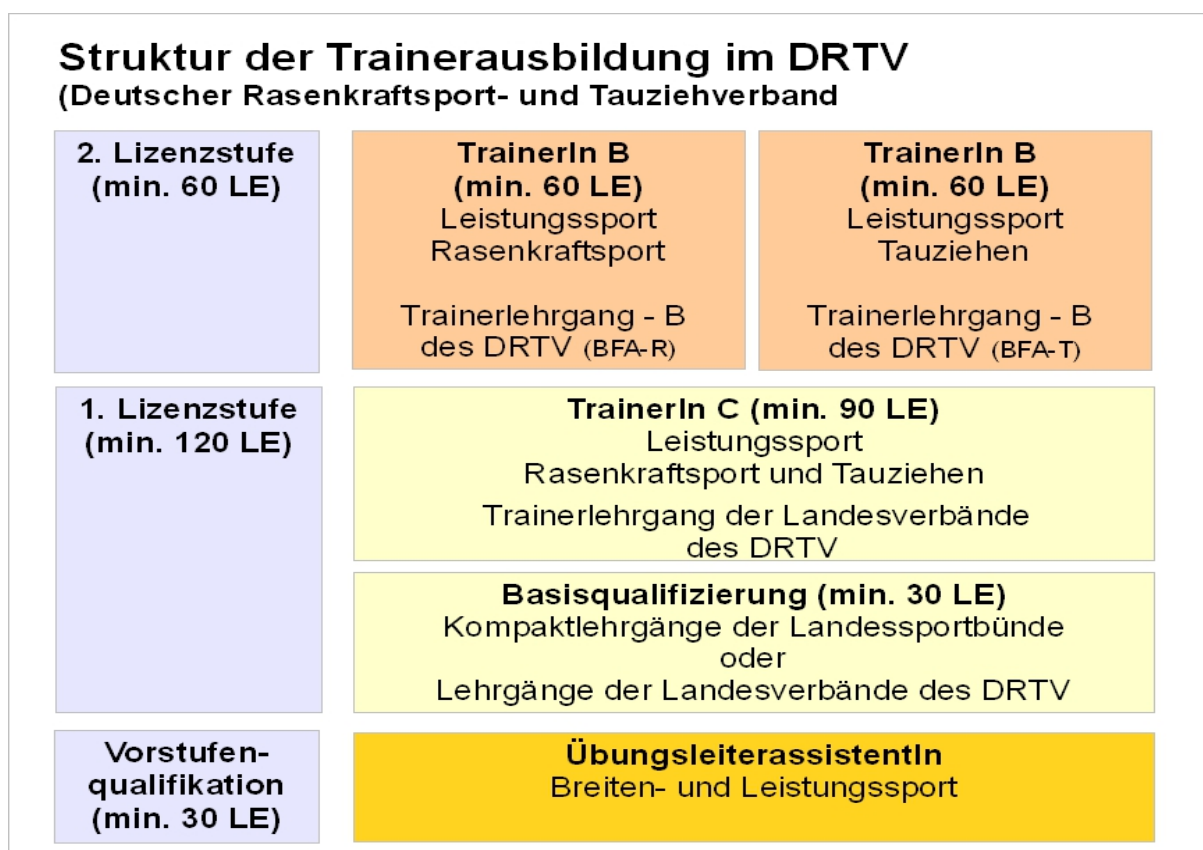


# Ausbildung zum C-Trainer Leistungssport 2021/2022

Rasenkraftsport/Tauziehen

---

# 1. Struktur der Trainerausbildung im DRTV



## 2. Voraussetzungen

- Mitglied in einem Rasenkraftsport- oder Tauziehverein des DRTV e.V.
- Vollendung des 18. Lebensjahres
- Erste-Hilfe-Kurs
- **termingerechte Anmeldung durch einen Verein des DRTV e.V. bis 01.07.2021**

## 3. Ausbildungsablauf

### Teil I: sportartübergreifende Basisqualifizierung (30 LE)

Die Basisqualifikation dient als Einstiegsmodul für eine weitere Lizenzausbildung. Basisqualifikationen anderer Sportverbände bzw. Kompakt-Lehrgänge der Landessportbünde werden anerkannt (sofern sie min. 30 LE umfassen). Es werden sportartübergreifende Inhalte wie z.B. Sportorganisation, Rechtsfragen, Sportbiologie, Funktionsgymnastik und Vermittlungstechniken vermittelt

Der Landesverband Bayern bietet Basisqualifizierungen an. Termine werden auf der Homepage des BRTV e.V. veröffentlicht.

## **Teil II: Fachspezifische Aufbaustufe – Modul 1-3 (90 LE)**

### **Ausbildungskonzept des DRTV e.V.**

#### **Personen- und gruppenbezogene Inhalte**

- grundlegende Inhalte, Methoden und Organisationsformen für den Umgang mit Kinder-, Jugend- und Erwachsenengruppen
- zielgruppenorientierte Planung und Gestaltung von Trainingseinheiten auf der unteren Ebene des Leistungssports mittels didaktischem Raster
- Belastung, Entwicklung und Trainierbarkeit exemplarisch an einer Altersstufe
- Grundlagen der Kommunikation und bewährte Verfahren des Umgangs mit Konflikten
- Gender Mainstreaming
- Grundlagen der Sportpädagogik: Leiten, Führen, Betreuen und Motivieren in der Sportpraxis

#### **Vereins- und verbandsbezogene Inhalte**

- Aufgaben des Sports und deren Bedeutung für den Vereinssport
- Basiswissen zu den Aufgaben von Trainerinnen und Trainern speziell in Nachwuchssportgruppen (Sexueller Missbrauch...)
- Verhaltensweisen im Zusammenhang mit Aufsichts-, Haft- und Sorgfaltspflicht, vereinsrechtliche Grundlagen
- Verbandsstrukturen im jeweiligen Landesverband und im DRTV e.V.
- Antidopingrichtlinien
- Ehrenkodex

#### **Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte**

- allgemeine und spezielle Trainingsinhalte und -methoden für die Grundausbildung der Disziplinen des Rasenkraftsports (Hammer, Gewicht, Stein) sowie des Tauziehens
- Regeln und Wettkampfordnung laut WKO - Wettkampfordnung des BFA-R/T
- Grundkenntnisse der Sportbiologie: Wie funktioniert der Körper?
- Grundkenntnisse der Biomechanik
- Bedeutung von Bewegung, Spiel und Sport (gesundes Sporttreiben...)

<b>Modul 1 (Rasenkraftsport/Tauziehen)</b>	<b>20 UE</b>
Vereins- und Verbandsbezogene Inhalte Personen- und gruppenbezogene Inhalte	
<b>Präsenzveranstaltung</b>	
Begrüßung/Eröffnung/Kennenlernen	1 UE
pädagogische + soziale Kompetenzen für Trainer	3 UE
Grundlagen der Sportpädagogik, lehren und lernen (Kompetenzen)	2 UE
zielgruppenorientiertes Training (Entwicklungsstufen, vom Kind zum Erwachsenen alters- + leistungsgerechtes Training -	2 UE
Organisation des Trainings ( Planung Trainingseinheit)	3 UE
Trainingslehre Konditionelle Fähigkeiten: Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit Koordinative Fähigkeiten: Gleichgewicht- /Reaktion- / Kopplungs- / Differenzierungs-, Rhythmus-, Anpassungs- / Umstellungsfähigkeit	3 UE
Belastung, Entwicklung und Trainierbarkeit exemplarisch an einer Altersstufe - sensiblen Phasen	3 UE
Basiswissen zu den Aufgaben des Trainer´s - sex. Missbrauch, Gewalt, Prävention, Kinder stark machen	2 UE
Lehrgangszusammenfassung FA 1 R/T und FA 2 R/T - Feedback, Klärungen, Fragen, Prüfung, Abschluss	1 UE

<b>Modul 2 (Rasenkraftsport/Tauziehen)</b>	<b>30 UE</b>
Vereins- und Verbandsbezogene Inhalte Personen- und gruppenbezogene Inhalte	
<b>Fern- /Selbststudium</b>	
Verbandsstrukturen	
Aufgaben und Bedeutung Vereinssport	
vereinsrechtliche Grundlagen Haft und Sorgfaltspflicht	
Ehrenkodex für Trainer	
Gender Mainstreaming	
Kurzleitfaden Erste Hilfe für Übungsleiter	
Anti-Doping-Richtlinien / Umgang mit Drogen etc.	
Grundkenntnisse der Sportbiologie + Grundkenntnisse der Biomechanik	

<b>Modul 3A-R (Fachbereich Rasenkraftsport)</b>	<b>20 UE</b>
Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte	
Präsenzveranstaltung	
Eröffnung/Begrüßung	1 UE
<b>Krafttraining</b> - Technik, Methodik, altersgerechter Aufbau, Sicherheitsmaßnahmen, Rechte, spezielles Aufwärmen	6 UE
Kampfrichterausbildung + WKO (Praxis und Theorie)	8 UE
Spezielle Sportpraxis / Steinstoßen	4 UE
Abschluss	1 UE

<b>Modul 3B- (Fachbereich Rasenkraftsport)</b>	<b>20 UE</b>
Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte	
Präsenzveranstaltung	
Eröffnung/Begrüßung	1 UE
sportspezifische Kenntnisse und allgemeine und spezielle Trainingsinhalte- und methoden für die Grundausbildung des RKS ( Hammer + Gewicht) - Theorie und Praxis	14 UE
Prüfungen/ Lehrproben + mündliche Prüfung	4 UE
Abschluss/Feedback	1 UE

<b>Modu 3-T (Fachbereich Tauziehen)</b>	<b>20 UE</b>
Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte	
Präsenzveranstaltung	
Eröffnung/Begrüßung	1 UE
<b>Krafttraining</b> - Technik, Methodik, altersgerechter Aufbau, Sicherheitsmaßnahmen, Rechte, spezielles Aufwärmen	6 UE
Kampfrichterausbildung + WKO (Praxis und Theorie)	8 UE
Spezielle Sportpraxis (Tauziehen)	4 UE
Abschluss	1 UE

<b>Modul 3B-T (Fachbereich Tauziehen)</b>	<b>20 UE</b>
Bewegungs- und sportpraxisbezogene Inhalte	
Präsenzveranstaltung	
Eröffnung/Begrüßung	1 UE
sportspezifische Kenntnisse und allgemeine und spezielle Trainingsinhalte- und methoden für die Grundausbildung des Tauziehens - Theorie und Praxis	14 UE
Prüfungen/ Lehrproben + mündliche Prüfung	4 UE
Abschluss/Feedback	1 UE

## Anerkannt werden folgende Qualifikationen und Lehrgänge:

<b>Basisqualifikation</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Kompakt-Lehrgang des jeweiligen Landesverband</b></li> <li>- Trainer/in -C Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband)</li> <li>- Übungsleiter/in – C sportartübergreifender Breitensport</li> <li>- Trainer/in B Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband)</li> <li>- Übungsleiter/in – B sportartübergreifender Breitensport</li> <li>- Trainer/in A Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband)</li> <li>- Diplom Trainer/in</li> <li>- Universitätsstudium (Sportwissenschaft/Lehramt Sport/Didaktik Sport)</li> </ul>
<b>Modul 1/2</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainer/in -C Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband)</li> <li>- Übungsleiter/in – C sportartübergreifender Breitensport</li> <li>- Trainer/in B Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband)</li> <li>- Übungsleiter/in – B sportartübergreifender Breitensport</li> <li>- Trainer/in A Breitensport oder Leistungssport (anderer Fachverband)</li> <li>- Diplom Trainer/in</li> <li>- Universitätstudium (Sportwissenschaft/Lehramt Sport/Didaktik Sport)</li> </ul>
<b>Modul 3 (Rasenkraftsport)</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainer/in B Wurf (Leichtathletik)</li> <li>- Trainer/in A Wurf (Leichtathletik)</li> </ul>

## 4. Ausbildungsplanung

### Ausbildungszeitraum 09.2021 - 09.2022

Termine	Maßnahme	Ort	UE
Herbst 2021	Modul 1 (Rasenkraftsport/Tauziehen)	n.n	20
Fernstudium	Modul 2 Fernstudium	n.n	30
Herbst/Frühjahr 2021/22	Modul 3 A RKS (1 Wochenende)	n.n	20
Herbst/Frühjahr 2021/22	Modul 3 B RKS (1 Wochenende)	n.n	20
Herbst/Frühjahr 2021/22	Modul 3 A Tauziehen (1 Wochenende)	n.n	20
Herbst/Frühjahr 2021/22	Modul 3 B Tauziehen (1 Wochenende)	n.n	20

## 5. Kosten

Die C-Trainer Ausbildung incl. Ausstellung der Lizenz kostet 300,00 Euro (Übernachtungs- und Fahrtkosten müssen von den Teilnehmern selber getragen werden)

## 6. Lizenzausstellung

Die Anträge auf Ausstellung einer C-Trainer Leistungssport Rasenkraftsport- und Tauziehen Lizenz, müssen bei der DRTV-Lizenzstelle (Betina Gabler), Lüneburger Str. 13, 80809 München über das Formular (Antrag Trainer C-Lizenz) schriftlich beantragt werden. Alle erforderlichen Unterlagen müssen in Kopie beigefügt werden.

---

Ausbildungsträger: DRTV e.V.

in Kooperation mit den Landesverbänden:

**Bayern, Württemberg, Südbaden, Nordbaden, Hessen, NRW, Niedersachsen, Rheinland Pfalz, Rheinhessen,**

Lizenzausstellung DRTV:

Betina Gabler

DRTV Lizenzstelle:

Betina Gabler  
Lüneburger Str. 13  
80809 München  
Betina.Gabler@mnet-online.de