

Trainer-Ausbildungsprogramm Swiss Sliding 2022/23

Grundausbildungen

Ice Coach	30. September /1. Oktober 2022 Freitag, 19.00 -22.00 Uhr, Samstag 8.30 - 17.00 Uhr Anmeldefrist ist der 18. September 2022 (max. Teilnehmerzahl 10)	Kursleiter: Dominik Scherrer
Starttrainer	22. April 2023 Samstag, 9.00 - 17.00 Uhr Anmeldefrist ist der 2. April 2023 (max. Teilnehmerzahl 10)	Kursleiter: Chris Woolley
Athletiktrainer	23. April 2023 Sonntag, 9.00 - 17.00 Uhr Anmeldefrist ist der 2. April 2023 (max. Teilnehmerzahl 10)	Kursleiter: Chris Woolley

Trainer C - Lizenz

Athletiktrainer	26./27. Mai 2023 Freitag 9.00 -17.00 Uhr, Samstag 8.30 - 12.00 Uhr Anmeldefrist ist der 7. Mai 2023 (max. Teilnehmerzahl 10)	Kursleiter: Chris Woolley
Starttrainer	27./28. Mai 2023 Samstag, 19.00 -22.00 Uhr, Sonntag, 8.30 - 17.00 Uhr Anmeldefrist ist der 7. Mai 2023 (max. Teilnehmerzahl 10)	Kursleiter: Chris Woolley
Ice Coach	Datum 2023 ist noch offen	Kursleiter: Dominik Scherrer

Module (notwendig, wenn der Berufstrainer das Ziel ist.)

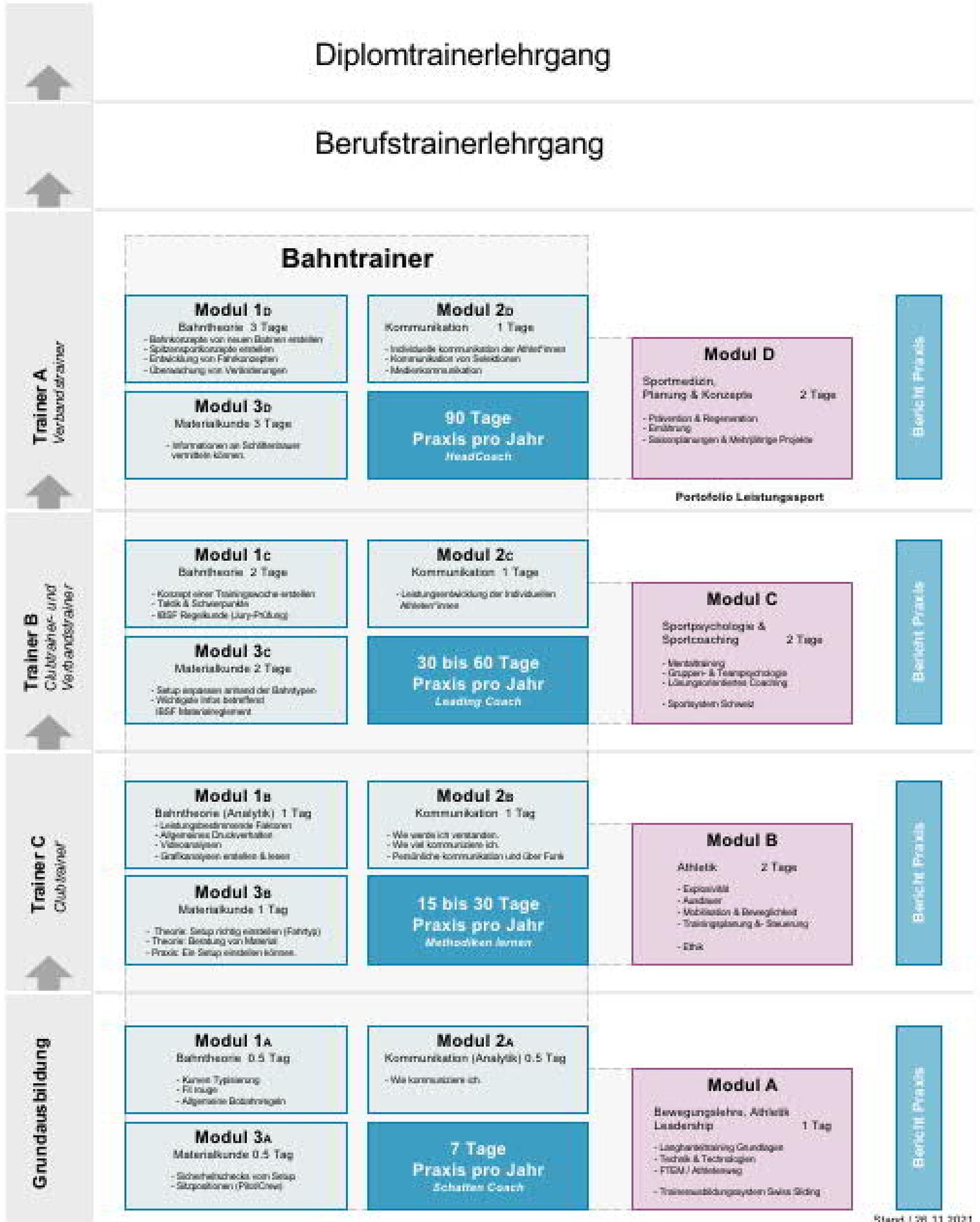
Modul A	01. Juli 2023 Samstag 9.00 - 17.00 Uhr Anmeldefrist ist der 11. Juni 2023
Modul B	19./20. August 2023 Samstag, 9.00 – Sonntag, 16.00 Uhr Anmeldefrist ist der 3. August 2023

Bitte sendet eure Anmeldung mit folgenden Angaben; Name, Vorname, Adresse, E-Mail, Club, Geburtsdatum an peter.schadegg@swiss-sliding.com. Bei zweitägigen Kursen bitte zusätzlich angeben, ob eine Übernachtungsmöglichkeit gewünscht wird.

Die Kurse werden höchstwahrscheinlich, an einer unserer Trainingsstätten in Filzbach, Andermatt oder Magglingen stattfinden. Die Kurskosten, sowie den genauen Austragungsort, werden wir euch so bald wie möglich bekanntgeben.

Diplomtrainerlehrgang

Berufstrainerlehrgang



Diplomtrainerlehrgang

Berufstrainerlehrgang

Langhanteltrainer*in Swiss Olympic | Athletiktrainer*in Swiss Olympic

Trainer A Verbandstrainer	Starttrainer	Athletiktrainer		
	Modul 4a Starttechnik 3 Tage - Anschubtheorie "1" - Analyse, Feedback, Programmierung - Leistung & Rennsport - Praktisch "Leistung"	Modul D Sportmedizin, Planung & Konzepte 2 Tage - Prävention & Rehabilitation - Ernährung - Saisonplanungen & Mehrstages Projekte	Modul 5a Kraft- & Konditionstrainer 3 Tage - Schnellgewichts & Plyometrisches Training - Krafttraining- und Konditionierung - Transfertraining - Fortgeschrittene Methoden	
	300 - 400 Std. Praxis pro Jahr	300 - 400 Std. Praxis pro Jahr	300 - 400 Std. Praxis pro Jahr	
	Portfolio Leistungsport			
Trainer B Clubtrainer- und Verbandsgrüner	Modul 4c Starttechnik 2 Tage - Anschubtheorie "2" - Entwicklung "2" - Leistung & Messung "2" - Praktisch Bob "Team-Start"	Modul C Sportpsychologie & Sportcoaching 2 Tage - Mentaltraining - Gruppen- & Teampsychologie - Lösungsorientiertes Coaching - Sportsystem Schweiz	Modul 5c Athletik 2 Tage - Schnellgewichtsübung "2" - Krafttraining "2" - Plyometrisches Training "2" - Konditionstraining & Realität "2"	Trainingssplan erstellen
	300 Std. Praxis pro Jahr	300 Std. Praxis pro Jahr	300 Std. Praxis pro Jahr	
Trainer C Clubtrainer	Modul 4b Starttechnik 1.5 Tage - Anschubtheorie "2" - Entwicklung "1" - Leistung & Messung "1" - Praktisch Bob & SK "Gemeiner Start"	Modul B Athletik 2 Tage - Explosivität - Ausdauer - Mobilisation & Beweglichkeit - Trainingsplanung & -Steuerung - Dink	Modul 5b Athletik 1.5 Tage - Schnellgewichtsübung "2" - Krafttraining "2" - Plyometrisches Training "2" - Konditionstraining "2"	schriftliche Prüfung / Lektion halten
	200 Std. Praxis pro Jahr	200 Std. Praxis pro Jahr	200 Std. Praxis pro Jahr	
Grundausbildung	Modul 4a Starttechnik 1 Tag - Anschubtheorie "1" - Praktisch Bob "Wohler" - Praktisch SK "Montgoms Punkte"	Modul A Bewegungstheorie, Athletik Leadership 1 Tag - Langhanteltraining Grundlagen - Technik & Technologien - FTGM / Arbeitsschutz - Trainerausbildungssystem Swiss Sliding	Modul 5a Athletik 1 Tag - Schnellgewichtsübung "1" - Krafttraining "1" - Plyometrisches Training "1" - Konditionstraining "1"	schriftliche Prüfung
	100 Std. Praxis pro Jahr	100 Std. Praxis pro Jahr	100 Std. Praxis pro Jahr	

FTEM Empfohlene Trainerausbildung

