



Ausbildung

Trainer-C-Leistungssport

- Zielgruppe:** Die Ausbildung Trainer-C-Leistungssport richtet sich an Inhaber einer Trainerassistenten-Ausbildung-Leichtathletik bzw. des Grundlehrgangs Trainer-C, und an Inhaber eines absolvierten Grundlagenlehrgangs der ESAB.
- Beschreibung:** Der Trainer-C-Leistungssport ist für die Sicherung der leichtathletischen Grundausbildung in ihrer vielfältigen Disziplinwelt, insbesondere des Kinder- und Jugendbereiches (bis U16), in den Vereinen verantwortlich. Er übernimmt die Sichtung, Förderung und leistungssportlichen Bindung von Talenten. Vereinsintern ist der Trainer-C-Leistungssport für die Planung, Organisation, Steuerung und Durchführung des wettkampforientierten Grundlagentrainings zuständig.
- Inhalt:** Die Ausbildung umfasst mindestens 120 Lerneinheiten (LE) und ist innerhalb von zwei Jahren zu absolvieren. 30 LE sind im Rahmen eines Online-Kurs beim LVB, als Trainerassistent beim LVB oder als eines Grundlehrgangs zum Übungsleiter C individuell zu absolvieren. Ausbildungsträger sind beispielsweise der Leichtathletik Verband Brandenburg e.V., die Europäische Sportakademie Land Brandenburg (ESAB) oder die Stadt- bzw. Kreissportbünde. Die restlichen 90 LE werden im Rahmen eines leichtathletikspezifischen Ausbildungsangebotes im LVB absolviert. Der Grundlehrgang ist vor der leichtathletischen Spezialausbildung zu belegen. Die Inhalte sind an der Ausbildungskonzeption des DLV orientiert.
- Referenten:** Dr. Tom Krüger, Annett Rudolph, Kathrin Sachse, N.N.
- Ort:** Potsdam – Luftschiffhafen, Bernau bei Berlin, Online (Zoom)
- Prüfung:** Die Prüfung setzt sich aus einer Klausur, einer Hausarbeit und einer praktischen Prüfung zusammen.
- Kosten:** 450,00 € für Mitglieder im LVB (inkl. Verpflegung)
675,00 € für Nichtmitglieder (inkl. Verpflegung)
- Übernachtung:** Der LVB übernimmt keine Organisation/Kosten für die Übernachtung.
- Voraussetzungen:** Vollendung des 17. Lebensjahres
Mitglied in einem Leichtathletik-Verein
- Teilnehmeranzahl:** mind. 10 Teilnehmer, max. 20 Teilnehmer
- Anmeldung:** Homepage des LVB (Phoenix) bis 15.09.2025

Bemerkung: Für die Aushändigung der Lizenz werden folgende Unterlagen benötigt:

- Trainerassistent beim LVB, Online-Grundkurs beim LVB oder Grundlehrgang bei der ESAB
- Erste-Hilfe-Schein
- unterschriebener Ehrenkodex
- Mitgliedschaft in einem Leichtathletik-Verein

Ausbildungsplan

| Datum | Zeit | Ort | Thema | Dozent/-in | LE |
|------------|-----------------|---------|--------------------------------------------------------|----------------|----|
| 30.09.2025 | 16.00-20.00 Uhr | Online | Einführung/Organisation/... | Dr. Tom Krüger | 4 |
| 01.10.2025 | 16.00-20.00 Uhr | Online | KiLa/Kindliche Förderung/... | Dr. Tom Krüger | 4 |
| 07.10.2025 | 16.00-20.00 Uhr | Online | Konditionelle Fähigkeiten | Dr. Tom Krüger | 4 |
| 08.10.2025 | 16.00-20.00 Uhr | Online | Trainingssteuerung/-planung | Dr. Tom Krüger | 4 |
| 11.10.2025 | 9.30-17.00 Uhr | Bernau | Sprint/ Hürde | Kathrin Sachse | 8 |
| 12.10.2025 | 9.30-14.30 Uhr | Bernau | Laufen / Pädagogik | Kathrin Sachse | 5 |
| 18.10.2025 | 9.00-17.00 Uhr | Potsdam | Kampfrichter | Annett Rudolph | 8 |
| 22.10.2025 | 16.00-20.00 Uhr | Online | Trainingsplanung | Dr. Tom Krüger | 4 |
| 29.10.2025 | 16.00-20.00 Uhr | Online | Doping-Prävention/Hausaufgabe | Dr. Tom Krüger | 4 |
| 12.11.2025 | 16.00-20.00 Uhr | Online | Motorik/ biomech., morphol., funkt. Betrachtungsweisen | Dr. Tom Krüger | 4 |
| 19.11.2025 | 16.00-20.00 Uhr | Online | Koordinative Fähigkeiten/ ... | Dr. Tom Krüger | 4 |
| | | Potsdam | Weit-/ Stabhochsprung | | 8 |
| | | Potsdam | Hoch-/Mehrfachsprung | | 8 |
| | | Potsdam | Gehen | | 3 |
| | | Potsdam | Speer-/ Hammer-/ Diskuswurf/ Kugelstoßen | | 8 |
| | | Potsdam | Prüfung | | 10 |