

Hessischer Leichtathletik-Verband

Otto-Fleck-Schneise 4
60528 Frankfurt am Main

Tel.: 069 - 6789 -242/-244
E-Mail: lehre@hlv.de

Stand: 21.02.25,
Änderungen möglich!



Weiterbildung des Hessischen Leichtathletik-Verbandes Ausbildung DLV-Lauf- und Walking Coach: Level 1 Schwerpunkt Laufen

Ausrichter: Hessischer Leichtathletik-Verband

Termin: **Freitag, 12. September 2025, 16:00 bis 21:15 Uhr**
Samstag, 13. September 2025, 09:00 bis 16:30 Uhr

Ort: Sportschule des Landessportbundes Hessen, Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt

Zielgruppe: Breitensport-C-Trainer: innen, Lauftreff-Betreuer- Interessierte, Lauf- und Walking Coach Basic

Inhalte: **Freitag, 12.09.2025 (16:00 Uhr – zirka 21:15 Uhr)**

- Begrüßung, Organisation
- Lernschritte Laufen (Teil I)
- Laufstilanalyse und Laufbeobachtungsbogen
- Bewegungsmerkmale und -abläufe Laufen
- Gesundheitsfragebogen, Kontraindikationen des Laufens

Samstag, 13.09.2025 (09:00 Uhr – zirka 16:30 Uhr)

- Erweiterte Sportmedizinische Grundlagen (Physiologie)
- Bewegungskorrekturen und Erfahrungsaustausch
- Funktionsgymnastik
- Bewegungslernen (Trainings- und Belastungssteuerung)
- Fitness-Test, Organisation / Öffentlichkeitsarbeit
- Lernschritte Laufen (Teil II)
- Abschlussrunde / Wissens-Check / Feedback

Referenten: Doris Frölich und Roman Astheimer.

Kosten/-Leistungen: Die Lehrgangsgebühr beträgt 150,00 Euro für HLV-Mitglieder und 175,00 Euro für Nicht-Mitglieder, die nach dem Lehrgang vom angegebenen Konto abgebucht wird. Alternativ erfolgt die Bezahlung per Überweisung nach Rechnungserhalt. **Im Preis inbegriffen sind** die Lehrgangsgebühren, neue DLV-Schulungsunterlagen inkl. online-Manuals und online-Wissenscheck sowie ein Abendessen am Freitag und ein Mittagessen am Samstag. Zum Erhalt des Zertifikats wird eine aktuelle **Erste-Hilfe-Bescheinigung** (nicht älter als 2 Jahre) benötigt. Die Sportschule des Landessportbundes Hessen bieten Übernachtungsmöglichkeiten an. Falls Sie eine Übernachtungsmöglichkeit benötigen, wenden Sie sich bitte an Clara Costadura. Die Übernachtungskosten sind nicht in der Lehrgangsgebühr enthalten. **Stornoregelung:** Eine kostenfreie Lehrgangs-Abmeldung ist nur bis zum Anmeldeschluss möglich, anschließend werden 50% der Lehrgangsgebühren erhoben.

Anerkennung: Die Grundausbildung entspricht den ehemaligen „Lauf -TREFF- Leiter“ und wird mit 15 Lerneinheiten (LE) zur Verlängerung der HLV-C-Trainer-Breitensport- Lizenz anerkannt.

Anmeldung: Für diese Veranstaltung können Sie sich online bis zum 04. September 2025 auf der Homepage des Hessischen Leichtathletik-Verbandes anmelden:
<https://www.hlv.de/bildung/lehrgangsanmeldung>

Infos: Hessischer Leichtathletik-Verband, Clara Costadura, clara.costadura@hlv.de Tel. 069- 6789 244