



Otto-Fleck-Schneise 4, 60528 Frankfurt
Tel. 069 - 6789 244 (242), E-Mail: info@hlv.de, www.hlv.de

C-Trainer Breitensport-Ausbildung 2023

Allgemeine Hinweise

- Für alle Ausbildungsgruppen sind die vom Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV) veröffentlichten Rahmentrainingspläne in der jeweils gültigen Fassung verbindliche Bestandteile der Ausbildung. Die Lehrordnung (LEO) in der gültigen Fassung der Satzung und Ordnungen des DLV sowie die aktuellen Durchführungsbestimmungen des Bundesausschusses Aus- und Fortbildung, Wissenschaft, Trainerschule regeln die Einzelheiten.
- Auf Antrag des Vereins werden C-Trainer Breitensport vom Landessportbund Hessen (LsbH) bezuschusst.
- Sonderurlaub: Für eine Freistellung von Schule, Ausbildung oder Arbeitsplatz kann Sonderurlaub nach dem hessischen „Gesetz zur Stärkung des Ehrenamtes in der Jugendarbeit“ beantragt werden. Anträge gibt es bei der Sportjugend Hessen unter <https://www.sportjugend-hessen.de/information-und-service/freistellung-fuer-ehrenamtliche/>

Zulassung und Voraussetzungen zur Ausbildung

- Mindestalter 16 Jahre
- Mitgliedschaft und Übungsleitertätigkeit in einem beim HLV gemeldeten Verein.
- Nachweis über einen absolvierten Erste-Hilfe-Lehrgang mit 9 Lerneinheiten, der nicht länger als zwei Jahre zurückliegen darf.

Anmeldung

- Die Anmeldungen erfolgen grundsätzlich über unsere Aus- und Fortbildungsseite (<https://www.hlv.de/bildung/lehrgangsanmeldung>), über das Verhaltensprogramm Phoenix II
- Eine Bestätigung der Anmeldung erfolgt per Mail. Kurz nach Meldeschluss bzw. Abschluss der Planung, erhält jeder Teilnehmer eine Einladung mit Einzelheiten zum Lehrgang.
- Abmeldungen vom Lehrgang müssen schriftlich bis spätestens zwei Wochen vor Lehrgangsbeginn erfolgen. Bei späterer oder gar nicht erfolgender Abmeldung werden 50 % der Lehrgangsgebühren einbehalten.

Kosten/Leistungen

- 425,00 Euro pro Teilnehmer (Lehrgangs- und Prüfungsgebühren, Schulungsunterlagen, je ein Mittagessen pro Lehrgangswochenende). Die Bezahlungsmethode kann bei der Anmeldung ausgewählt werden. Die Gebühren werden nach Start der Ausbildung fällig.
- Die Teilnehmerzahl ist auf 25 Personen begrenzt.

Vorher absolvierte und bezahlte Ausbildungsabschnitte des HLV (Modul A, B, C) werden nur dann von der C-Trainer Lehrgangsgebühr anteilig mit je 50,00 Euro abgezogen, sofern die Anmeldung zur C-Trainer Ausbildung innerhalb von vier Jahren erfolgt.

Anerkennung anderer Ausbildungen

Folgende Ausbildungen ohne Lizenz werden mit je 15 Unterrichtseinheiten (LE) für die Ausbildung zum C-Trainer-Breitensport anerkannt:

- Outdoorfitness
- Grundausbildung „HLV-Lauf- oder Nordic-Walking-Betreuer“
- Weiterbildung „HLV-Lauf- oder Nordic-Walking-Kursleiter“
- Funktionelles Bewegen

Gültigkeit

Die C-Trainer Breitensport-Lizenz hat eine Gültigkeitsdauer von vier Jahren. Innerhalb dieser Zeit müssen 15 Lerneinheiten als fachspezifische Fortbildung zur Verlängerung der Gültigkeitsdauer nachgewiesen werden.

Profil des C-Trainers Breitensport

Der C-Trainer Breitensport soll den steigenden Anspruch und Bedarf nach breitensportlichen Angeboten in der Leichtathletik abdecken. Er ist in den Vereinen zuständig für die Entwicklung und Durchführung von zielgruppenorientierten und vielseitigen Bewegungsprogrammen und soll darüber hinaus zusätzliche Vereinsangebote entwickeln, die auch eine Bindung von Interessenten an den Verein ermöglichen. Die Ausbildung umfasst dementsprechend alle Teilbereiche der breitensportlich betriebenen Leichtathletik.

Ausbildungsumfang

Die 120 Unterrichtseinheiten (LE) umfassende Ausbildung wird in drei Abschnitten durchgeführt:

1. Grundmodule (98 LE)
2. Spezialkurs (15 LE) → Wahlmöglichkeit aus 3 Modulen
3. Abschlusskurs/Prüfung (7 LE)

Grundmodule

Alle angehenden C-Trainer Breitensport besuchen zunächst die Grundmodule. Dieser beinhaltet vier Präsenz- und eine Onlineveranstaltung. Zusätzlich werden in Eigenverantwortung die leichtathletischen Grundlagen erarbeitet (Online-Grundkurs LA des DLV).

- Sportliche Grundlagen/ Didaktik
- Leichtathletische Grundlagen
- Nordic-Walking-Betreuer
- Outdoorfitness
- Laufftreff-Betreuer
- Funktionelles Bewegen

Spezialkurs

Nach Beendigung der Grundmodule folgt der Spezialkurs mit 15 UE.

Eines der folgenden drei Modulen kann gewählt werden:

Modul A: Sportabzeichen Prüfer

Inhalte: Im Rahmen dieses Spezialkurses (Onlinemodul 7 LE + Präsenzmodul 8 LE) setzen Sie sich u.a. intensiv mit dem Prüfungswegweiser des DOSB auseinander und qualifizieren sich mit dem Basislehrgang zum Prüfer für das Deutsche Sportabzeichen mit dem Schwerpunkt Leichtathletik und Schwimmen.

Modul B: Nordic-Walking-Kursleiter

Inhalte: Entstehung, Philosophie, Zielsetzung und Organisation des Nordic-Walkingtreffs, Betreuung im Einsteiger- und Fortgeschrittenbereich, Nordic-Walkingtechnik, Grundlagen der Trainingslehre, Mobilisation/Stretching, Funktionsgymnastik, Sportmedizinische Grundlagen des Ausdauertrainings, physiologische Auswirkungen von Ausdauersportarten auf den Körper, Ersthilfe bei Verletzungen, Organisation/Öffentlichkeitsarbeit, Ausrüstung

Modul C: Laufftreff-Kursleiter

Inhalte: Entstehung, Philosophie, Zielsetzung und Organisation des Lauftreffs, Betreuung im Einsteiger- und Fortgeschrittenenbereich, Lauftechnik, Grundlagen der Trainingslehre, Mobilisation/Stretching, Funktionsgymnastik, Sportmedizinische Grundlagen des Ausdauertrainings, physiologische Auswirkungen von Ausdauersportarten auf den Körper, Ersthilfe bei Verletzungen, Organisation/Öffentlichkeitsarbeit, Ausrüstung

Abschlusskurs

Alle angehenden C-Trainer Breitensport schließen die Ausbildung gemeinsam mit einem 7 LE umfassenden Abschlusskurs ab, der in der Regel von Freitagnachmittag bis Samstagnachmittag stattfindet.

Inhalte: Lehrprobe / Mündliche Prüfung

Prüfung / Lizenzvergabe

Die C-Trainer Breitensport-Lizenz wird nach regelmäßiger und aktiver Teilnahme (95 % Anwesenheitspflicht) und dem Bestehen der Lehrprobe sowie der mündlichen Prüfung ausgehändigt.

Bei Nichtbestehen können die Gesamtprüfung oder einzelne Prüfungsteile (Theorie bzw. Praxis) einmal innerhalb eines Jahres nachgeholt werden. Die Nachprüfungsgebühr beträgt 25,00 Euro.

Mögliche Weiterbildungsmaßnahmen

Übungsleiter/in „Sport in der Prävention“ (LsbH)

Ausbildungsablauf C-Trainer Breitensport 2023

Stand: 19.01.2023, Änderungen sind möglich

1. Grundmodule (98 UE) → für alle

Sportliche Grundlagen/ Didaktik, 23. Februar & 04. April
online (8 UE)

Lauftreff-Betreuer 17./18. März
Sportschule des LsbH, Frankfurt a.M. (15 UE)

Nordic-Walking-Betreuer 24./25. März
Sportstätte noch offen(15 UE)

Outdoorfitness, 01./02. Juli
Hattersheim-Okriftel (15 UE)

Funktionelles Bewegen, 08./09. Juli
Hattersheim-Okriftel (15 UE)

Leichtathletische Grundlagen
online, eigenständige Bearbeitung (30 UE)

2. Spezialkurse (15 UE) → Wahlmöglichkeit aus 3 Modulen

Modul A Sportabzeichen
7 UE online / 8 UE in Präsenz

Modul B Weiterbildung HLV-Nordic-Walking-Kursleiter, 16./ 17. September
Sportstätte noch offen (15 UE)

Modul C Weiterbildung HLV-Lauftreff-Kursleiter, 03./ 04. November,
Sportschule des LsbH, Frankfurt a.M. (15 UE)

3. Abschlusskurs / Prüfung (7 UE) → für alle, 18. November

Sportschule des LsbH, Frankfurt a.M.