

AUSBILDUNGSLEHRGANG 2022

(C-Breitensport)

1. Ausbildungswochenende

| <u>Informationen</u> | <u>Freitag, 10.06.2022</u> |
|--|--|
| Wir treffen uns 16.45 Uhr mit Schreibmaterial vor dem Eingang der Sporthallenkomplex der Paul-Heysel-Straße. | <p>17.00-17.45 Uhr 1LE/ Sachtler/Konferenzraum Eröffnung und Organisation</p> <p>18.00-21.00 Uhr 4LE/Sachtler /Konferenzraum Trainer/in & Sportler/in- was ist optimal?</p> |
| <u>Samstag, 11.06.2022</u> | <u>Sonntag, 12.06.2022</u> |
| <p>08.00-09.30 Uhr 2LE/ Sachtler/ Eis Anfängertraining auf dem Eis Teil 1</p> <p>09.45-11.15 Uhr 2LE/Sachtler /Eis Anfängertraining mit Kindern auf dem Eis Teil 2</p> <p>12.30-14.00 Uhr 2LE/Sachtler-Lohse/Eis Der Abstoß als Grundlage im Eiskunstlauf & Übungen zu Bögen und „Übersetzen“</p> <p>14.15-15.45 Uhr 2LE/Sachtler / Eis Einfache „Schritte/ Übungen“ für Anfänger</p> <p>16.30-18.45 Uhr 3 LE/ Hoffmann /Konferenzraum Materialkunde</p> | <p>08.00-09.00 Uhr 1,33LE/ Sachtler-Lohse/Konferenzraum Theorie „Schritte im Eiskunstlaufen“</p> <p>09.15-11.15 Uhr 2,66LE/Sachtler / Eis Schritte- und wie sie funktionieren</p> <p>12.00-13.30 Uhr 2LE / Sachtler/Eis Parcours richtig erstellen</p> <p>13.45-15.15 Uhr 2LE/Sachtler/ Eis Spielformen und Spiele auf dem Eis</p> <p>15.30-16.15 Uhr 1LE/Sachtler/ Konferenzraum Reflexion des Ausbildungswochenendes</p> |

AUSBILDUNGSLEHRGANG 2022

(C-Breitensport)

2. Ausbildungswochenende

| <u>Informationen</u> | <u>Freitag, 17.06.2022</u> |
|--|---|
| <p>Hausaufgabe:</p> <p><i>Notiert auf einem separaten Blatt mindestens 2 FRAGEN zum ISU Wertungssystem!</i></p> | <p>17.00-19.00 Uhr 2,66LE/Härtel/Konferenzraum Grundlagen ISU Wertungssystem</p> <p>19.15-20.00 Uhr 1LE/ Härtel/ EIS Grundlagen ISU Wertungssystem – wie wird ein „Schritt“ bewertet?</p> |
| <u>Samstag, 18.06.2022</u> | <u>Sonntag, 19.06.2022</u> |
| <p>08.00-09.30 Uhr 2LE/Sachtler-Lohse /Eis Festigung der Technik von Schritten und Drehungen</p> <p>09.45-11.15 Uhr 2 LE/ Sachtler/ Eis Die Vorprüfungen</p> <p>12.00-13.30 Uhr 2LE/Härtel+Elsner /Eis Methodische Übungsreihe zum Erlernen der Einfachsprünge (Sa/T)</p> <p>13.45-15.15 Uhr 2LE / Härtel+Elsner /Eis Methodische Übungsreihe zum Erlernen der Einfachsprünge (F/LZ)</p> <p>16.00-17.30 Uhr 2 LE/ Sachtler/Konferenzraum Grundlagen Biomechanik im Eiskunstlauf</p> | <p>08.00-09.30 Uhr 2LE/Sachtler+Härtel/ Eis Methodische Übungsreihe zum Erlernen der Standpirouetten</p> <p>09.45-11.15 Uhr 2LE/ Sachtler+Härtel/ Eis Methodische Übungsreihe zum Erlernen der Pirouetten mit Basispositionen</p> <p>12.00-13.30 Uhr 2LE/Sachtler/ Ballspielhalle Athletiktraining unter dem Aspekt Koordination</p> <p>14.00-15.30 Uhr 2LE/ Sachtler/ Konferenzraum oder Ballettsaal Koordination als wichtiger Bestandteil des Grundlagentrainings</p> <p>15.45-16.30 Uhr 1LE/Sachtler/ Konferenzraum Oder Ballettsaal Auswertung des Tages</p> |

| | |
|--|---|
| <u>Informationen</u> | <u>Freitag, 24.06.2022</u> |
| 3. Ausbildungswochenende | <p>17.00-18.00 Uhr 1,33LE/Sachtler/ Konferenzraum Trainerehrenkodex-was ist das?</p> <p>18.15-20.30 Uhr 3LE/Sachtler/ Konferenzraum Planung einer (besonderen) Trainingseinheit</p> |
| <u>Samstag, 25.06.2022</u> | <u>Sonntag, 26.06.2022</u> |
| <p>08.00-09.30 Uhr 2LE / Sachtler /Eis Laufschulübungen für Anfänger</p> <p>09.45-11.15 Uhr 2LE/ Härtel+Elsner / Eis Methodische Übungsreihe zum Erlernen des Axel und Lo</p> <p>11.30-13.00 Uhr 2LE/ Härtel+ Elsner /Eis Sprünge aus verschiedenen Ansätzen/ Schritte für Fortgeschrittene</p> <p>13.45-15.15 Uhr 2LE / Härtel /Eis Laufschulübungen</p> <p>15.45-17.00 Uhr 1,66LE/ Sachtler-Lohse/Balletts. Sensomotorik</p> | <p>08.30-09.30 Uhr 1,33LE/ Sachtler-Lohse / Konferenzraum Saisonplanung</p> <p>09.45-10.30 Uhr 1LE/ Sachtler-Lohse/ Konferenzr. Drehachschulung-was ist das?</p> <p>10.45-12.15 Uhr 2LE Sachtler-Lohse und Härtel /Erwärmungsecke+Konferenzraum Möglichkeiten der Drehachschulung</p> <p>12.30-13.30 Uhr 1,33LE/Sachtler-Lohse +Härtel/Eis Drehachschulung auf dem Eis</p> <p>14.00-15.30 Uhr 2LE/Sachtler-Lohse/Eis Transitions</p> |

AUSBILDUNGSLEHRGANG 2022

(C-Breitensport)

4. Ausbildungswochenende

| <u>Informationen</u> | <u>Freitag, 01.07.2022</u> |
|--|--|
| | 17.00-17.45 Uhr 1LE/Gaubis/ Ballettsaal Haltungsschulung für Kinder 18.00-19.30 Uhr 2LE/ Gaubis/ Ballettsaal „Arbeit an der Stange“-als Grundlage des Balletts |
| <u>Samstag, 02.07.2022</u> | <u>Sonntag, 03.07.2022</u> |
| 08.00-09.30 Uhr 2LE/ Sachtler-Lohse/ Ballettsaal Erwärmung (Ohne Schlittschuhe) 09.45-11.15 Uhr 2LE/ Sachtler+ Härtel/ Eis Beispielhafte Lehrprobe(n) 11.30-12.15 Uhr 1LE/ Sachtler+Härtel/ Konferenzr. Besprechung der Gruppenergebnisse der Lehrproben 13.00-14.30 Uhr 2LE/Sachtler/ Ballettsaal Kleine Spiele für Kinder 14.45-16.15 Uhr 2LE/ Sachtler/ Konferenzra. Was ist wenn?? | 08.00-09.30 2LE/ n.N./ Eis Die neuen offiziellen Parcoure 09.45-11.45 Uhr 2,66LE/ Sachtler+Härtel / Eis Pirouettenvarianten 12.15-13.00 Uhr 1 LE/Sachtler/ Konferenzraum Struktur und Aufbau der Deutschen Eislauf Union e.V. 13.15-14.45 Uhr 2LE/Sachtler/ Konferenzraum Vorbereitung der Prüfungen |

AUSBILDUNGSLEHRGANG 2022

(C-Breitensport)

1. Prüfungswochenende

| <u>Informationen</u> | <u>Freitag, 19.08.2022</u> |
|--|--|
| Die Lehrprobenthemen werden am letzten Ausbildungswochenende bekannt gegeben. Weitere Informationen dazu erfolgen rechtzeitig. | 18.00 Uhr Schriftliche Prüfung (max. 180min) |
| <u>Samstag, 20.08.2022</u> | <u>Sonntag, 21.08.2022</u> |
| Lehrproben auf dem Eis Ab 8.00 Uhr | Mündliche Prüfung Ab 08.00 Uhr |