



Saarländischer Radfahrer-Bund e.V.

im German Cycling (BDR) und Landessportverband für das Saarland

C- und B-Trainer Fort- und Weiterbildung im Bereich Radsport von Samstag, 15.02.2025 bis Sonntag, 16.02.2025 an der Sportschule des LSVS in Saarbrücken [L.25.01]

Der Saarländische Radfahrer-Bund e.V. veranstaltet einen Aus- und Weiterbildungslehrgang, zum Erhalt der C-Trainer und B-Trainer Lizenz im Radsport.

Themen:

Eine gute Ausweichmöglichkeit, in den kommenden Wochen ist das Trainieren in einer Sporthalle. Hallentraining ist, besonders im Kinder- und Erwachsenenbereich, eine sinnvolle Ergänzung der Trainingsarbeit. Voraussetzung ist, dass der Trainer in der Lage ist, das Training geschickt zu organisieren und durch eine angepasste Auswahl der Übungen seine Sportler zu begeistern. Die Fortbildung dient als Empfehlung und Hilfe für die Gestaltung eines Athletiktrainings (aaA). Weiter Inhalte sind:

Inhalt:

Schlafhygiene und Regeneration durch gesunden Schlaf, Frauenradsport, Spielformen im Kinder und Jugendtraining, Sporternährung.

Nutzen:

Mit dieser Fortbildung verlängert sich die Lizenz, um die in den Lizenzrichtlinien für diese Lizenz angegebenen Jahre, gerechnet von dem Jahr, in dem die Fortbildung stattgefunden hat.

Zielgruppe:

Vereins- und Verbandstrainer aus allen Radsportbänden von German Cycling (BDR)

Dozenten:

Trainer und Sportwissenschaftler aus dem Radsport und anderen Sportverbänden

Ort:

Saarbrücken – LSVS, Sportschule Hermann-Neuberger-Sportschule 4, 66123 Saarbrücken

Datum:

Samstag, 15.02.2025 - 9h00 bis 17h00

Sonntag, 16.02.2025 - 9h00 bis 17h00

Kosten:

Mitglieder Saarländischer Radfahrerbund und Rheinland-Pfalz: 180,00 €

Mitglieder anderer Landesfachverbände: 200,00 € (Übernachtung auf Anfrage)

nur Workshop Bike-Fitting, am Sonntag von 13h30 bis 17h00 - 90,00 EUR (4UE)



Saarländischer Radfahrer-Bund e.V.

im German Cycling (BDR) und Landessportverband für das Saarland

Voraussetzung:

- gültige Trainer-Lizenz der Lizenzstufe C oder B
- abgelaufene Trainer-Lizenz der Lizenzstufe C oder B, nicht länger als 4 Jahre
- Anmeldung über das Anmeldeformular
- Nachweis der Mitgliedschaft in einem Radsportverein

Fragen und Anmeldung:

Trainer können sich direkt per E-Mail mit dem Betreff „ANMELDUNG [L.25.02] _ RLP“ an [c.klein\(at\)srb-saar.de](mailto:c.klein(at)srb-saar.de) wenden oder über den Link: <https://bit.ly/SRBL2502>

Anzahl der Teilnehmer:

mindestens 8 maximal begrenzt auf 15 Teilnehmer. Es zählt der Eingang der online Meldungen.

Meldeschluss: 09.02.2025