

## Ausbildung der neuen Trainergeneration

Veröffentlicht am 25. August 2017 um 07:52, Autor: Yannik Faes, Master of Science Psychology



Vergangenes Wochenende fand in Sursee der **1. Teil (18.-20. August) des Vorbereitungskurses zum Nachwuchstrainer J+S** statt. Geleitet durch die kompetenten J+S-Experten Thomas Hertig, Simone Posavec und Erik Golowin konnte ein erfolgreicher Start in diese Ausbildungsreihe gewährt werden. Der Vorbereitungskurs zum Nachwuchstrainer stellt ein Bindeglied zwischen der J+S-Weiterbildung 2 und dem J+S-Nachwuchstrainer-kurs dar und stellt die Weichen für eine professionelle Trainerkarriere bei Swiss Olympic. Er ist in zwei Teile gegliedert, wobei der zweite Teil mit einer Prüfung abgeschlossen wird. Neben der Ausbildung zum Nachwuchs-trainer besteht die Möglichkeit zum J+S-Experten, welche ebenfalls mit einem Vorbereitungskurs begonnen wird.

Foto v.l.n.r.: Hintere Reihe: Stéphanie Spicher, Stefan Carneiro, Jutta Wimmer, Thomas Hertig (Fachleiter J+S), Simone Posavec (Klassenlehrer), Mislim Imeroski, Raffael Lüthold. Vordere Reihe: Patrik Lengwiler, Daniela Truttmann, Yannik Faes, Martin Truttmann.

Da die Durchführung des Kurses im Nationalen Sportzentrum in Magglingen (NSM) nicht möglich war, erklärte sich Piero Lüthold (WKF Weltschiedsrichter und Dojo-Leiter der Karateschule Sursee) bereit, sein Dojo zur Verfügung zu stellen. Der Austragungsort Sursee ist für einen J+S-Kurs neu, konnte aber mit der üblichen Ausbildungsstätte in Magglingen gut mithalten. Theorie und Praxis fand auf den Dojo-Matten der Karateschule Sursee statt, was zu einer guten Vereinbarkeit von Theorie und Praxis beitrug.



Beispielhaft wurde das Wissen zur Gestaltung eines Techniktrainings – vermittelt durch Thomas Hertig – theoretisch aufgefrischt, erweitert und in Praxis-beispielen trainiert. Ebenso zeigte Simone Posavec wie intermittierende Trainings im Karate auch als Techniktrainings genutzt werden können und zauberte allen Trainingsteilnehmern ein Lachen auf die Lippen und Schweissperlen auf die Stirn.

Bei gemütlichen Beisammensein und Nachtessen im Hotel Hirschen in der historischen Altstadt von Sursee konnte die Gruppe einen intensiven Trainings- und Lerntag gemeinsam ausklingen lassen. Rückblickend schauen wir auf ein interessantes und lehrreiches aber auch auf ein lustiges und angenehmes Wochenende in Sursee zurück und freuen uns bereits auf den zweiten Teil vom 22.-24. September.

Leitfaden für die Kaderbildung



## Karate Ausbildungsstruktur

