



Leitung:
Dir. Prof. Mag. Dr. Oliver Bachmann
Fürstenweg 185
A-6020 Innsbruck
www.bspa.at/innsbruck



Österreichische Trainer/innen- und Lehrer/innen-Ausbildung

Abteilungsvorstand:
Mag. Andreas Schnitzer

Sekretariat:
Angelika Hönigmann

Telefon:
+43 512 31 2000 410

E-Mail:
angelika.hoenigmann@bspa.at

LVID: 22521

Version 2

08.11.2024

Ausschreibung zur Ausbildung von Trainerinnen und Trainern für Athletik, Fitness und Koordination 2025

Die Bundessportakademie Innsbruck veranstaltet in Zusammenarbeit mit der Bundessportorganisation Österreich und den Sport-Dach- und Fachverbänden 2025 eine Ausbildung zum / zur Spezialtrainer/in für Athletik, Fitness und Koordination.

Ausbildungsleitung

Bundessportakademie Innsbruck, Abteilungsvorstand Mag. Andreas Schnitzer

Zielgruppe

Die Ausbildung zur/zum Trainerin/Trainer für Athletik, Fitness und Koordination wendet sich an Interessenten/innen, die für unterschiedliche Altersgruppen im Fitnesssport sowie in verschiedenen Sportarten und Teildisziplinen für Vereine, Verbände, Stützpunkte etc. das allgemeine sowie spezielle (hoch-) leistungsorientierte Athletik-, Fitness- und Koordinationstraining gestalten und leiten wollen.

Ausbildungsziel - Kompetenzvermittlung

Erlangen und Vertiefen des Fachwissens in Individual- und Mannschaftsportarten

- um auf der Basis einer komplexen Leistungsdiagnostik, wissenschaftlicher Erkenntnisse und dem Anforderungsprofil von Sportarten, Trainingspläne zum Athletik-, Fitness- und Koordinationstraining über unterschiedliche Zeiträume zu erstellen.
- zur Durchführung des Ausdauer-, Kraft-, Schnelligkeits-, Koordinations- und Komplextrainings in Abstimmung auf ausgewählte Zielgruppen durch den Einsatz moderner Trainingsmethoden und -mittel.
- zur Gestaltung eines prophylaktischen und rehabilitativen Konditionstrainings u.a. durch spezielle Erkenntnisse der Sportmedizin und Physiotherapie und dem Erlernen des entsprechenden Übungsgutes.
- um ergänzende Maßnahmen wie Ernährung, Regenerationsmaßnahmen, psychoregulative Techniken etc. auf das Training abgestimmt einzusetzen.
- damit im Sinne der Antidoping-Vereinbarung ein Training gestaltet und diesbezüglich Athleten/innen sensibilisiert werden.
- zum Teambuilding und Coaching vor, während und nach dem Wettkampf.
- zum Erstellen zielorientierter individueller und sportartspezifischer Jahrestrainingspläne.

Ausbildungsvoraussetzung

- 1.) abgeschlossene Instruktor*innen-Ausbildung FIT oder AFK
oder abgeschlossene Instruktor*innen-Ausbildung einer Spezialsportart
 - 2.) abgeschlossener Trainer*innen-Grundkurs
 - 3.) Überweisung des **Lernmittelbeitrages (siehe Kurskosten) gleichzeitig mit der Anmeldung.**
- Zur Umsetzung der Ziele ist für den Zeitraum der Ausbildung eine regelmäßige **Betreuung von Fit-Sportler*innen bzw. Wettkampfsportler*innen oder -gruppen Voraussetzung!**
- Auch ist für die verpflichtende Teilnahme an den unterschiedlichsten praktischen Übungen ein **sehr gutes konditionelles und sportmotorisches Niveau** notwendig!

Ausbildungstermine

1. Kursteil	07. – 10.03.2025	Innsbruck
2. Kursteil	09. – 13.04.2025	Hintermoos
3. Kursteil	22. – 25.05.2025	Hintermoos
4. Kursteil	11. – 15.06.2025 *	Innsbruck
Abschlussprüfung	02./ 03. Juli 2025 (1 x halbtags)	Innsbruck

Es besteht an allen Ausbildungstagen Anwesenheitspflicht.

Die tägliche Unterrichtszeit kann von 08.00 bis 18.30 Uhr, mit entsprechenden Pausen, dauern.

Ausbildungsbeginn:

Der Erste Ausbildungstag beginnt um ca. 08.30 Uhr an der BSPA (Universitätsportstätten Innsbruck).

Nach dem Anmeldeschluss erhalten Sie den Stundenplan für den 1. Kursteil per E-Mail zugeschickt.

**...könnte möglicherweise noch zu einer Verschiebung kommen – wird im Falle schnellstmöglich kommuniziert!*

Anmeldung

Online-Anmeldung nur über die Homepage der BSPA-Innsbruck

Anmeldebeginn: **15.11.2024**

Anmeldeschluss: **07.02.2025** (max. Teilnehmer*innen-Zahl von **321** und min. Teilnehmer*innen-Zahl von 16)

Kurskosten, Unterkunft und Verpflegung

Die Teilnahme am Lehrgang ist kostenlos. Kosten für Lernmittel, Unterkunft und Verpflegung gehen zu Lasten den Teilnehmer*innen.

Für die Kursteile in Innsbruck ist bei erforderlicher Unterkunft selbst Sorge zu tragen. Günstige Tarife bietet für BSPA-Kursteilnehmer*innen das Landessportzentrum und das Hotel Penz-West (direkt neben der BSPA). Unter Angabe beim Hotel Penz-West TR-AFK25 erhalten Kursteilnehmer*innen für den Zeitraum der Kursteile vergünstigte Preise inkl. freiem Parken.

Für die Kursteile in Hintermoos (Bundessport und Freizeitzentrum) ist die Unterkunft inkl. Vollpension bereits organisiert (2. Kursteil beläuft sich auf ca. € 350,- und 3. Kursteil auf ca. € 280,-). Bei Kursanmeldung ist neben dem Lehrmittelbetrag auch eine Anzahlung für die Unterkunft zu entrichten.

Überweisung 1: der Betrag von **€ 100,- Lernmittelbetrag** an:
IBAN: AT52 0100 0000 0541 0286; BIC: BUNDATWW
Kontowortlaut: Bundessportakademie Innsbruck
Verwendungszweck: **TR AFK – 22521**

Überweisung 2: der Betrag von **€ 200,- Unterkunftsanzahlung (BSFZ)** an:
IBAN: AT77 3633 6000 0773 1003; BIC: RZTIAT22336
Kontowortlaut: Kompetenz im Sport
Verwendungszweck: **TR AFK – 22521 Unterkunft**

Die **Reihung** des Kursplatzes bzw. Bestätigung der Anmeldung erfolgt erst nach Einlangen der vollständigen Anmeldung **inkl. der Einzahlungen!**

Ausrüstung

Sportbekleidungen und spezielle Trainingsmittel (z.B. Pulsuhr) sowie Planungs- und Betreuungshilfen (z.B. Laptop, Kamera) sind von den Teilnehmern/innen selbst mitzubringen. In den Stundenplänen zu den jeweiligen Kursteilen werden sie diesbezüglich informiert.

Abschlussprüfung

Die Ausbildung wird mit einer mündlichen Prüfung in den Fächern Trainingslehre, Kompetenzgespräch sowie einer praktischen Prüfung (Führen einer Trainingseinheit) abgeschlossen. Die Absolventen/innen erhalten ein staatliches Zeugnis.

Sonstiges

Teilnehmer/innen sind nach dem Schulunterrichtsgesetz unfallversichert, jedoch nicht krankenversichert.

Namens- bzw. Adressenänderungen sind umgehend im Sekretariat bekannt zu geben.

*Für alle BSPA Kursteilnehmer*innen, die gerade für einen Kurs am Campus Sport sind, besteht die Möglichkeit über den Portier eine „Tageskarte BSPA“ zu erwerben. Die Karte (=Rechnungsbeleg) kostet 10€ und muss der*m USI Kursleiter*in des besuchten Kurses ungefragt vorgezeigt werden. Das Kursprogramm und alle Termine sind online einsehbar. Das Ticket berechtigt auch zum Besuch der Sauna. <http://www.uibk.ac.at/usi/>*

Abteilungsvorstand
Mag. Andreas Schnitzer