Großes Interesse an Ausbildung im Langhanteltraining

23.04.2024 | Erstellt von Judith Pusch

Die Ausbildung zum/zur Langhanteltrainer*in der Trainerakademie Köln des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) vom 15. bis 19. April in Magdeburg stieß bei den hauptamtlichen Trainerinnen und Trainer im Leistungssport auf großes Interesse. Insgesamt 18 Trainerinnen und Trainer aus den Schwerpunktsportarten Rudern, Kanu-Rennsport, Leichtathletik, Schwimmen, Handball und Para Schwimmen nahmen an der dezentralen Kompaktausbildung der Trainerakademie teil.

** **



Beim Praxisteil der Ausbildung im Kraftraum des OSP Sachsen-Anhalt in Magdeburg. (© LSB Sachsen-Anhalt)

Die hauptamtlichen Trainerinnen und Trainer aus dem Trainerpool des LSB Sachsen-Anhalt, die in verschiedenen Ausbildungsetappen vom Grundlagen- bis zum Anschluss- und Hochleistungstraining tätig sind, wurden in dem 60 Lerneinheiten umfassenden Kurs durch die Experten **Christian Thomas** und **Martin Zawieja** umfangreich in Theorie und Praxis an der Langhantel ausgebildet. Die Trainer*innen erlangten im Rahmen der Ausbildung die Kompetenz des technischen, didaktischen und methodisch korrekten Einsatzes aller

Langhantel-Kraftübungen. Durch das erworbene Wissen wurden die Trainerinnen und Trainer befähigt, das Langhanteltraining künftig in ihrer Sportart eigenständig zu planen, zu organisieren und durchführen zu können. Die Trainerakademie Köln des DOSB ist das Kompetenzzentrum für Trainerbildung im deutschen Leistungssportsystem.

Vom 25. bis 29. November 2024 starten weitere 21 hauptamtliche Trainerinnen und Trainer der Sportarten Rudern, Kanu-Rennsport, Leichtathletik, Schwimmen, Handball, Judo, Boxen und Ringen die Ausbildung zum/ zur Langhanteltrainer*in der Trainerakademie in Halle. Nach dem erfolgreichen Abschluss der Ausbildung erhalten alle Trainerinnen und Trainer das Zertifikat „Langhanteltrainer*in der Trainerakademie Köln des DOSB“ und können ihr erworbenes Wissen an ihre Athletinnen und Athleten im Nachwuchs- und Hochleistungssport in Sachsen-Anhalt weitergeben.