

C-Trainer*innen-Fortbildung – online

Termine: 09.04./16.04./23.04./30.04. (Beginn: 19.00 Uhr) & 04.05. (halbtägig)

Ort: Online über zoom – Teilnahme nur mit Kamera & Mikrofon möglich.

Referentin: Danijela Bradfisch

Themen: **09.04.: Psychische Gesundheit für Trainer*innen und Athleten (90 min)**

16.04.: Konstruktive Kommunikation (90 min)

23.04.: Trainings- und Spielklima positiv gestalten (135 min)

30.04.: Trainingsinhalte bewusster führen und optimierter umsetzen T1 (90 min)

04.05.: Trainingsinhalte bewusster führen und optimierter umsetzen T2 (360 min)

Beschreibung: Der Weg von Jugendlichen und Trainer*innen im (Leistungs-)Sport kann sowohl aufregend als auch herausfordernd sein. Es gibt viele Höhen und Tiefen, die sie durchleben. Zu Beginn kann sich eine große Leidenschaft für den Sport entwickeln und sich vollkommen darauf konzentrieren. Man kann motiviert sein, gemeinsam hart trainieren und Fähigkeiten gemeinsam erkunden, diese entwickeln, um dann langfristig erfolgreich einen stabilen Leistungszustand zu erreichen. Allerdings können Jugendliche und Trainer*innen sich im Laufe der Zeit durch viele verschiedene Herausforderungen (emotional) gestresst fühlen. Der Druck, gute Leistungen zu erbringen (vs. Coaches, vs. Eltern), hohe Erwartungen von sich selbst haben oder durch sich immer zur falschen Zeit einstellenden Verletzungen. Mit diesem kleinen Einblick möchte ich gerne auf die ganzheitliche Notwendigkeit für Jugendliche und Trainer*innen hinweisen, daher auch mein Angebot an die Vereine.

Anmeldung: Anmeldefrist ist der **31.03.2024**. Dafür bitte das ausgefüllte [Anmeldeformular](#) mit Unterschrift eines Vereinsbevollmächtigten und SEPA-Mandat per E-Mail an die Lehrgangsverwaltung (Florian Winniger, ls-direktor@bwbv.de) schicken.

Gebühr: 100,00 €/Teilnehmer*in (Nichtmitglieder 120,00 €/Teilnehmer*in)

Diese Fortbildung richtet sich an alle C-Trainer*innen in Baden-Württemberg und dient mit 15 LE zur vollständigen Verlängerung einer C-Lizenz.