

Zwei neue B-Trainer in der Triathlon-Abteilung des TV Memmingen

Sabine Kaspar-Gawens absolvierte in zwei Blöcken ihre Trainer B-Lizenz Leistungssport Ausbildung bei der Deutschen Triathlon Union. Während beim Trainer C Schein noch auf Landesebene ausgebildet wird, geschieht dies beim B-Schein nur auf Bundesebene und auf Vorschlag vom Landesverband. Hier wurde Sabine für einen der begehrten Plätze als TRIPOINT Trainerin von Schwaben vorgeschlagen.

Der erste Block fand vergangenen September am Institut für Angewandte Trainingswissenschaften in Leipzig statt. Hier wurde den Teilnehmern Trainingslehre und Trainingsmethodik des Leistungssports vermittelt. Ferner wurde in den verschiedenen Teildisziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen beigebracht auf was die Trainer zu achten haben, um den Athleten den richtigen Feinschliff der Technik zu vermitteln. Mit den Aufgaben eine Projektarbeit und eine beispielhafte Trainingsplanung bis zum Prüfungslehrgang zu erarbeiten, wurden die angehenden Trainer nach Hause geschickt.

Der zweite Teil, vorab wurde bereits das theoretisch erlernte Wissen durch einen Klausur abgefragt, fand dann Mitte Januar am Olympiastützpunkt in Saarbrücken statt. Hier präsentierten die Teilnehmer die Ergebnisse ihrer Planungsaufgaben und die Projektarbeiten, Sabine und ihr Projektpartner hatten eine Athletikstunde für Leistungssportler im Juniorenanter erarbeitet.

Eine Woche vorher erhielt Christoph Gawens, der bereits die Lizenzen Trainer B Leistungssport Schwimmen und Triathlon hat, den Trainerschein B für die Langdistanz. Seine Ausbildung fand in Frankfurt am Main in der Niederlassung der DTU statt und umfasste ebenfalls eine theoretische Prüfung, das erstellen einer Projektarbeit (Thema Freiwasserschwimmen) und die Trainingsplanung für eine fiktive Athletin. Inhaltlich wurden Themen von Trainingssteuerung über Wattmessung am Fahrrad bis zu Ernährung bei einem mehrstündigen Langdistanz Triathlon behandelt. Mit den zwei B Trainern ist die Triathlonabteilung des TV Memmingen und der TRIPOINT Schwaben nun optimal aufgestellt.