

Webinar – Praktische Trainingsgestaltung Sportklettern

13.11.2025, 20.11.2025, 27.11.2025, online

1. Ziel des Lehrgangs

Die Fortbildung richtet sich an Trainer*innen, die ambitionierte Breitensport- und Jugendgruppen betreuen. Ziel ist die gemeinsame Erarbeitung von adäquaten Trainingsformen für Gruppen und die Erstellung einer Rahmenstruktur für das Training.

2. Inhalte

- Voraussetzung für langfristige und nachhaltige Leistungszuwächse
- Leistungskomponenten
- nicht lineare Periodisierung
- Athletikübungen sinnvoll im Plan unterbringen
- Techniktraining/-übungen im Plan integrieren
- Belastung/Beanspruchung

3. Voraussetzungen

- Anmeldung mit dem Anmeldeformular
- Vollendung des 16. Lebensjahr
- Mind. Ausbildung zum Kletterbetreuer oder Trainer C Leitungs- oder Breitensport
- Offenheit für die Sache und Kreativität
- Mitgliedschaft in einer Sektion/Verein, die/der dem angehört ist
- Erfahrung im Routenbau in der Sektion/Verein von Vorteil
- Bereitschaft zum ehrenamtlichen Engagement
- Nachweis über einen Erste-Hilfe-Kurs nicht älter als 2 Jahre

4. Lehrgangsdaten

Datum	13.11.2025, 20.11.2025, 27.11.2025
Lehrgangsbeginn	Donnerstag, 13.11.2025 – Start 18:30 Uhr
Lehrgangsende	Donnerstag, 27.11.2025 ca. 21:30 Uhr
Meldeschluss	19.10.2025
Ort	online
Kursgebühr	65,00€
Ausrüstung	<ul style="list-style-type: none">• Internetfähiger Laptop oder Tablet mit Mikrofon und Kamera• Stabiler Internetzugang
Lehrgangsleiter	Andreas Hofmann (Mitglied Bundeslehrteam Sportklettern und Leistungssport, ehem. Landestrainer Bayern)
Teilnehmerzahl	max. 6
Prüfung	nein
Fortbildungspflicht	Ja, nach DAV-Regelungen. Die Teilnahme an diesem Lehrgang führt entsprechend den DAV-Regelungen zu einer Verlängerung der Lizenz.
Sonstiges	Für Rückfragen und Auskünfte steht Euch die BFB-Geschäftsstelle gerne zur Verfügung: Tel.: +49 89 262048 540 Mail: lehrgaenge@bergsportfachverband.de