

Webinar – Praktische Trainingsgestaltung Sportklettern

17. / 24.11 & 01.12.2026 / Online

1. Ziel des Lehrgangs

Die Fortbildung richtet sich an Trainer*innen, die ambitionierten 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 Leistungs- oder Breitensport
- Offenheit für die Sache und Kreativität
- Mitgliedschaft in einer Sektion/Verein, die/der dem Bergsportfachverband Bayern angehörig ist
- Bereitschaft zum ehrenamtlichen Engagement
- Nachweis über einen Erste-Hilfe-Kurs nicht älter als 2 Jahre

4. Lehrgangsdaten

Datum	17. / 24.11 & 01.12.2026
Uhrzeit	jeweils: 18:30 – 21:30
Meldeschluss	18.10.2026
Ort	Online
Kursgebühr	70,00€
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)
Ausbildung	Nils Kremeskötter
Teilnehmerzahl	Max. 12
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