

# BLV-Mentoring für engagierte Leichtathletik-Coaches

**Du bist:** Leichtathletiktrainerin/-trainer und deine Sportler sind in den Altersklassen U16 (bis U20) aktiv. Du verfügst idealerweise bereits über einen C-Trainerschein. Du (und etwaige Trainerkollegen) bieten i.d.R. mindestens 3x wöchentlich Training für eure Athleten an und die von dir/euch betreuten Leichtathleten sollten bei Bayerischen (oder sogar Deutschen) Meisterschaften erfolgreich sein.

**Du möchtest:** Dein Netzwerk erweitern, dein Engagement ausbauen, dein Wissen vermehren und von erfahrenen Leichtathletiktrainern lernen.

**Wir bieten . . .** ein Mentoring-Programm für engagierte Trainerinnen und Trainer mit renommierten Leichtathletik-Experten. In mehreren Workshops legen wir den Fokus auf die Methodik der Vermittlung der wichtigsten Leichtathletiktechniken aller Disziplinblöcke. Ebenso stehen übergreifende Inhalte sowie Trainingsmittel zur allgemein-athletischen Ausbildung auf dem Programm. Jeder Teilnehmer erhält einen Rahmentrainingsplan des philippka-Sportverlags im Wert von 38€. Die Teilnahme an möglichst allen Terminen wird erwartet. Es werden 12 Fortbildungsstunden zur Lizenzverlängerung für B- und C-Trainer anerkannt (nur für diejenigen, die bei mindestens 5 Terminen anwesend sind).

## Eckdaten/Termine (stand Oktober 2023):

- Montag, 6. November 2023 (19:30 Uhr; digitaler Termin): Kick-off: Kennenlernen + Vorstellung des Projekts + Grundlagen Athletenführung mit Roland Fleischmann, Michael Wilms und Jochen Schweitzer
- Freitag, 24. November 2023 (19:30 Uhr; digitaler Termin): „Umgang mit typischen mentalen Herausforderungen von U16-/U18-Leichtathleten“ mit Fabienne Engels –Sportpsychologin; ehemalige Spitzenathletin (vormals Fabienne Kohlmann)
- Freitagabend/Samstag 8./9. Dezember 2023: (zweitägige Fortbildung): „Sprung in all seinen Facetten“ im Haus der Jugend Passau mit Roland Fleischmann und Wolfgang Killing – Allgemeine Sprünge, Weitsprung, Hochsprung, Mehrfachsprung, Allgemein-athletische-Ausbildung
- Samstag 16. Dezember 2023: Tagesworkshop „Praxis & Theorie Wurf im Rahmen der Wurfschule“ in der Lindehalle in München mit Joachim Lipske und/oder Andreas Bücheler
- Freitagnachmittag 9. Februar 2023 (17:30 Uhr): „Sprint Praxis & Theorie + Wochenplanung“ (mit Franz Wandinger + voraussichtlich Volker Herrmann) in der Lindehalle in München
- „Lauf + Ausdauer“ (zweitägig) mit Jürgen Mallow und Michael Wilms am 1./2. März in Mittelfranken oder in der Oberpfalz
- Donnerstagabend 14. März 2024: „Mehrkampf“ (Ort/Referent noch offen)
- Mittwochabend 17. April 2024 (Athletik + Kraft; Ort/Referent noch offen)
- Voraussichtlich 5. Oktober 2024 BLV-Trainertagung (Abschlussveranstaltung)
- Darüber hinaus ganzjährige/individuelle Abstimmungen nach Bedarf

**Kosten:** Die Teilnahmegebühr beträgt 50€ und wird dir ggf. über deinen Verein erstattet. Die weiteren Kosten für Unterkunft, Fahrtkosten (Zugtickets), Verpflegung (größtenteils), Literatur sowie Seminargebühren werden übernommen.



**Bewerbung:** **Bis spätestens 1. November** über das [Online-Formular](#) oder durch Scannen des QR-Codes. Maximal 15 Bewerber können für das Projekt zugelassen werden.

## Fragen? – Kontakt:

Roland Fleischmann ([fleischmann@blv-sport.de](mailto:fleischmann@blv-sport.de)), Michael Wilms ([michael.wilms@leichtathletik.de](mailto:michael.wilms@leichtathletik.de); +49 157 39041050), Jochen Schweitzer ([jochen.schweitzer@blv-sport.de](mailto:jochen.schweitzer@blv-sport.de))

