

## **Neun neue Trainer C Leistung im NWDSB!**

### **Die Ausbildung zum Trainer C Leistung fand am 23.10.2022 ihren Abschluss!**

Neun Trainer C Basis haben sich der Herausforderung dieser Ausbildung, die 60 Unterrichtseinheiten umfasste, gestellt. Pandemiebedingt konnte dieser Ausbildungsgang vom NWDSB nicht früher angeboten werden. Darum freute sich Axel Heemann (Landessportleiter Bogen) nicht nur über die Anzahl der Teilnehmer. Sondern, dass dieses Jahr neben dem Trainer C Basis auch noch ein Trainer C Leistung durchgeführt werden konnte. Anmerkung: Es gab mehr Anmeldungen, die aber krankheitsbedingt zu Ausfällen führten.

Den Auftakt bildet das erste Wochenende vom 01. - 03.10.2022. Da leider kein Referent für die Disziplin Gewehr gefunden wurde, fanden sich sechs Teilnehmer für den Bogenbereich und drei Teilnehmer für den Pistolenbereich im LLZ Bassum ein.

Das erste Wochenende stand unter dem Motto Sportpsychologie und sportspezifische Fachausbildung. Durch die veränderte Psychologiestrategie des DSB konnten wir für diesen Teil der Ausbildung Frau Dr. Rita Regös gewinnen. Frau Dr. Rita Regös ist als Sportpsychologin am Olympiastützpunkt München tätig und gleichzeitig für den Perspektiv- und Olympiakader Pistole des Deutschen Schützenbund e. V. zuständig. Oftmals geht man bestimmten Vorbehalten oder unbestimmten Erwartungen an diese Ausbildung heran. Doch Frau Dr. Regös hatte es verstanden, verständlich, übersichtlich und mit den treffenden Worten die Traineraspiranten auf ihre kommenden Aufgaben im Leistungssport vorzubereiten. Natürlich gab es kontroverse Auffassungen, aber dennoch hat man sich inhaltlich getroffen. Geblieben ist, dass sie, wie jeder Trainer einen Trainingsplan entwickelt, um die Leistungsfähigkeit der Sportler/In im psychologischen Bereich zu unterstützen. Bewundernswert für mich war die Aussage, dass ihre Aufgabe mit dem Beginn eines Wettkampfs beendet ist. Sollten dennoch Fragen bestehen, ist irgendetwas in der Vorbereitung nicht optimal gelaufen. **Fazit: Der Trainer muss die Aufgabe übernehmen. Die Psychologie kann nur unterstützen.** Abgerundet wurde dieser Bereich mit praktischen Hinweisen und Methoden, wie man seine Sportler/Innen im psychologischen Bereich unterstützen kann, da eine fachkundige Unterstützung oftmals nicht zur Verfügung steht.



Bild: Psychologieunterricht

Für die disziplinspezifische Ausbildung in der Disziplin Bogen konnte Rainer Schemeit gewonnen werden. Den meisten der Bogenteilnehmer war Rainer Schemeit bereits aus der Basisausbildung bekannt. So bestand jetzt die Aufgabe darin, mit ihm ein neues Level zu erreichen. Dank seines profunden Wissens verstand er es, den Teilnehmern zu vermitteln, dass die Trainer C Leistungslizenz mehr bedeutet als nur eine Wiederholung der bekannten Lehrinhalte. Die Themen wurden aufbauend auf die



Bild: Praxisausbildung Bogen



Bild: Theoretischer Unterricht, Bogen

Basisausbildung in dieser Ausbildung vertieft, um im Leistungssport die ersten Schritte machen zu können. Das galt nicht nur für die Theorie, sondern umfasste auch den Praxisanteil.

Die Pistolenausbildung fand federführend durch Thomas Themsfeldt in den Disziplinen Luftpistole und Sportpistole statt. Genauso wie in der Bogenabteilung wurde aufbauend auf die Basisausbildung den Pistolen Traineranwärter einen weiteren Blick in die Disziplinen vermittelt, jedoch mit einer kleinen Veränderung. Durch den Wegfall der Freien Pistole als olympische Disziplin wurde das *Curriculum* kurzerhand

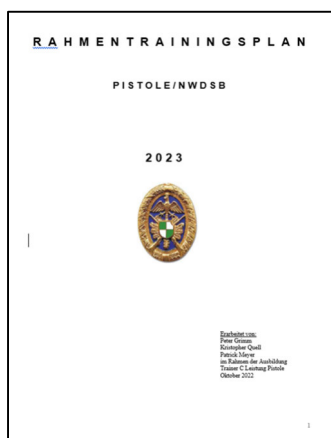
modifiziert und erweitert auf die Disziplinen Mehrkampf Luftpistole und 10 Meter Pistole Standard. Als ausgewiesener Fachmann für diesen Bereich wurde Klaus Störtenbecker gebeten, diesen Teil der Ausbildung zu übernehmen. Um für die Teilnehmer es so realistisch wie möglich zu machen, stand Jannis Volkmann mit seinem Heimtrainer von der SSGem Syke zur Verfügung und rundeten diesen Bereich ab. Daneben wurde von den Pistolenteilnehmern erwartet, ihren Fokus darauf zu legen, wie sie künftig methodisch didaktisch ihr Wissen am Sportler/In vermitteln wollen. Das bedeutet auf Grundlage ihrer theoretischen Kenntnisse eine persönliche Trainertheorie mit Handlungsalternativen zu entwickeln.

Bild: Praxisausbildung Mehrkampf LP

Das Finale dieser Ausbildung bildete das Wochenende vom 21. – 23.10.2022. Nicht nur, dass es das Prüfungswochenende war, sondern neben dem Abschluss der disziplinspezifischen Ausbildung wurde auch noch die vertiefende Trainingslehre vermittelt. Dieser Bereich wurde Disziplin bezogen und getrennt voneinander ausgebildet. Da der Bogenbereich einen gänzlich anderen Wettkampfmodus fahren. Angefangen von Indoor - und Outdoor - Wettkämpfen sind auch noch unterschiedliche Wettkampferfernungen zu berücksichtigen. Die in der vertiefenden Trainingslehre besonders zu betrachten sind, um alles unter einen Hut zu bringen.

Dieses Thema gestaltet sich im Pistolenbereich problemloser. Nach den theoretischen Grundlagen konnten die Pistolenteilnehmer nun beweisen, ob sie in der Lage sind, die Theorie auch in die Praxis

umzusetzen. Dieser Schritt war folgerichtig, da alle Pistolentrainer an der Feuerlinie für den NWDSB stehen und somit für die Ausbildung von Kaderschützen zuständig sind. Daher wurde die Zeit genutzt, die erlernte Theorie gleich in die Praxis einfließen zu lassen. Das hieß, **Erstellen eines Rahmentrainingsplans 2023** für den Landeskader Pistole des NWDSB. Das Ergebnis konnte sich sehen lassen, zumal keiner von ihnen vormals ein Sportjahr in dieser Form strukturiert und planmäßig



vorbereitet hatten.



Bild: Gruppenarbeit Rahmentrainingsplan

Den Abschluss der Ausbildung bildete der Sonntag mit einer schriftlichen Prüfung und das Vorstellen der persönlichen Projektarbeit. Ich nehme das Ergebnis der Prüfung mit der Aussage des Landessportleiters Bogen Axel Heemann vorweg. Zitat: „Die Prüfungskommission brauchte sich bei keinem Teilnehmer krummlegen, alle haben mit Bravour bestanden.“



Klaus Störtenbecker, Mascha Heins, Günther Dreher, Gabriele Menne-Zabel, Günther Conrad, Ralf Zabel, Peter Grimm, Patrick Meyer, Kristopher Quell, Axel Heemann, Rainer Schemeit

Foto: von links

Nachtrag: Pandemiebedingt konnte ein Teilnehmer der Basisausbildung dieses Jahr seine Projektarbeit der Prüfungskommission nicht vorstellen. So wurde zu diesem Termin Maurice René Schmidt vom Auricher Schützenverein e. V. eingeladen, um seinen Basisabschluss zureichen. Auch er konnte die Prüfungskommission überzeugen.



Rainer Schemeit und Maurice René Schmidt

Foto: von links

Zum Schluss möchte ich alle ermutigen, sich an den Ausbildungsgängen des NWDSB zu beteiligen. Nicht nur, dass es Spaß macht, sondern man bekommt neue Einblicke und lernt andere Menschen kennen, die aber eins verbindet. **„Unsere Leidenschaft für unseren Sport!“**

Bedanken möchten wir uns noch bei Andrea Mehlhop und Elke Strothoff. Die als helfende Hände der Geschäftsstelle in der Vorbereitung und bei der Durchführung uns zur Seite standen. Natürlich bedanken wir uns auch beim Hausmeister Jürgen Schröder, ohne ihm wäre der praktische Teil nicht durchführbar gewesen.

Mit freundlichem Gruß

Thomas Themsfeldt

Text und Bilder Thomas Themsfeldt