

Information Übungsleiterkurs Orientierungslauf 2020

Liebe TeilnehmerInnen,
es freut mich sehr, dass es so viele Interessenten für den Übungsleiterkurs gibt!

Wir treffen uns am Freitag den 06.11. um 15 Uhr auf der Laufbahn der Olympiaworld (Tivoli W1) in Innsbruck (Eingang von der Wiesengasse). Bitte in Laufbekleidung erscheinen, da wir direkt mit der Praxisübung Bahntraining für Orientierungsläufer starten werden.

Anschließend werden wir in den Seminarraum des Landessportcenter wechseln. Der Schwerpunkt am Freitagabend und Samstag stellt die Trainingslehre und insb. das Erstellen von Trainingseinheiten dar. Hierfür bitte einen eigenen Laptop mitnehmen auf dem Condes 10 bereits installiert ist. Bitte fragt in euren Vereinen nach ob es hier Vereinslizenzen gibt, wenn nein bitte bei mir melden. Die Software kann man von der Homepage <https://condes.net/> herunterladen.

Am Samstagnachmittag werden wir als Praxiseinheit am Tirol Cup teilnehmen und die Organisation von kleinen Wettkämpfen und TD Tätigkeit studieren. Bitte selbständig über die Vereine zum Wettkampf anmelden!

Zum Abschluss des ÜL-Kurses werden wir am Samstag den 14.11 die von euch ausgearbeiteten Trainingseinheiten im Wald durchspielen. Den genauen Treffpunkt werde ich noch bekannt geben.

Zur Prävention vor einer Infektion mit COVID-19 sind die Abstandsregeln und Hygienemaßnahmen während des gesamten Kurses einzuhalten. Die genauen Schutzmaßnahmen werden noch kurz vor dem Kurs mitgeteilt.

Der ÜL Kurs schließt mit einer Theorieprüfung ab. Wer bereits das Basismodul bei einem der Dachverbände absolviert hat, kann die Prüfung direkt im Anschluss an den Kurs am 14.11. ablegen. Voraussetzung für die Prüfung sind:

- Teilnahmebestätigung für das Basismodul
- Bestätigung des Hospitierens (Formblatt wurde beim Basismodul verteilt)
- Ausgearbeitete Stundentafel für eine Trainingseinheit (mehr dazu am 07.11.)
- Teilnahmebestätigung für Erste-Hilfe Kurs (nicht älter als 5 Jahre)

Die Prüfung für das Basismodul und das OL-Modul werden gemeinsam abgelegt! Damit wir wissen, wie viele Personen am 14.11. die Prüfung ablegen werden, bitte ich euch mir bis zum 1.11 per Mail mitzuteilen, ob ihr die Prüfung mitschreibt oder nicht.

Alle Teilnehmer die am 14.11. die Prüfung nicht ablegen, erhalten eine Teilnahmebestätigung zum OL-Modul und können die Prüfung zu einem späteren Zeitpunkt nachholen.

Zum Abschluss werden wir - sofern es die aktuelle Covid-19 Maßnahmen zulassen - noch ein gemeinsames Abendessen veranstalten. Hierzu folgen aber die Details noch.

Hier jetzt noch der genaue Stundenplan:

06.11.2020			Beschreibung	Ort	Vortragender
	15:00	17:00	Praxis - Bahntraining für Orientierungsläufer	Tivoli W1	AW
	17:00	21:00	Trainings- und Übungsformen im OL	LS	AW
07.11.2020					
	09:00	10:00	Einführung Wettkampfordnung	LS	WM
	10:00	12:30	Praxis - Bahnlegung für Training mit Condes	LS	AW
	12:30	13:00	Überblick OL Trainingssoftware	LS	LM
	13:00	13:30	Mittagspause		
	13:30	18:00	Praxis - Wettkampfororganisation & TD Tätigkeit	Tivoli W1	AW/WM
14.11.2020					
	10:00	11:00	Praxis - Postensetzen für Training	Paschberg	AW
	11:00	12:00	Praxis - Trainingslehre (Mustertraining)	Paschberg	AW
	12:00	13:00	Mittagspause		
	13:00	15:00	Praxis - Trainingslehre (Mustertraining)	Paschberg	AW
	15:00	16:00	Nachbesprechung der Trainings	LS	AW
	16:00	17:00	Prüfung Übungsleiter	LS	AW

Falls es fragen gibt könnt ihr euch jederzeit bei mir melden: