



# 1. Trainerkongress 2010

Erstmals führt der TTVR am Samstag, 26.06.2010 einen Trainerkongress für alle Trainer, Jugendleiter und Interessierte im TTVR ( mit oder auch ohne Lizenz ) durch.

Neben einer Diskussionsrunde stehen den Teilnehmern insgesamt 6 verschiedene Workshops zu verschiedenen Themen des praktischen TT-Trainings zur Auswahl, von denen je einer vormittags und nachmittags besucht werden kann.

Der Trainerkongress wird mit 8 LE zur Verlängerung der Trainer C- und B-Lizenz anerkannt. In den nächsten Jahren ist vorgesehen, den Vereinesservicetag und Trainerkongress im jährlichen Wechsel stattfinden zu lassen.

## **Ort:**

Sporthalle der ehemaligen Universität, Am Mozartplatz, 56075 Koblenz-Oberwerth

## **Datum / Uhrzeit:**

Samstag, 26.06.2010, 09.30-ca.17.30 Uhr

## **Verpflegung:**

Die Kosten für Mittagessen und Getränke sind in der Teilnahmegebühr enthalten.

## **Teilnahmegebühr:**

Es wird ein Kostenbeitrag von 16.-€ erhoben.

## **Anmeldung:**

Anmeldeschluss: 10.06.2010

Bitte schriftlich, per Mail oder Fax bei der TTVR Geschäftsstelle anmelden.

Mit der Anmeldung bitten wir um Überweisung der Teilnahmegebühr in Höhe von 16.-€ auf das Konto der:

Sparkasse Koblenz, BLZ: 57050120, Konto-Nr.: 1016880, Stichwort „Trainerkongress“.

Die Anmeldung wird erst nach Eingang der Teilnahmegebühr bearbeitet!

## **Zeitplan:**

09.30-10.00 Begrüßung, Neues aus der Lehre und Nachwuchsförderung im TTVR

10.0.12.45 Workshops

### **Workshop 1: Methodik des Beinarbeitstrainings**

In diesem Workshop sollen die Teilnehmer Hilfen für die Trainingspraxis der Beinarbeitsschulung erhalten. Es werden vielfältige Übungsformen und deren Einsatzmöglichkeiten im Training vorgestellt. Dabei wird sowohl auf die Einführung von Beinarbeitstechniken im Grundlagentraining als auch auf die Verbesserung bereits vorhandener Fertigkeiten eingegangen.

Referent: Stefan Elsen

### **Workshop 2: Anfängerschulung**

Verschiedene Aspekte der Anfängerschulung werden in diesem Workshop beleuchtet: Aufwärmen und koordinative Übungen, Übungen mit Schläger und Ball, Kleine Spiele, erste Erfahrungen mit TT, erste Techniken oder Aufbau des Trainings.

Referentin: Andrea Hofmann

### **Workshop 3: Techniktraining und Fehlerkorrektur am Balleimer**

Wie kann der Trainer Technik optimal über Balleimertraining schulen? Welche Möglichkeiten der Korrektur hat er bei den unterschiedlichsten Fehlerbildern. Welche Tendenzen zeigen sich derzeit in der technischen Ausbildung junger Spieler?

Referent: Torsten Feuckert

12.45-13.45                    Mittagspause

13.45-14.15                Diskussionsrunde zum Thema Zukunft des Nachwuchstischtennis im TTVR

14.15-17.00                Workshops

### **Workshop 4: Optimales Aufwärmen und Einspielen**

Der Bereich Aufwärmen und Einspielen wird im Tischtennis meist stark vernachlässigt. Dabei fehlt es neben der Motivation der Sportler häufig auch am nötigen Know-how. Vielen ist die Bedeutung dieses Bereichs nicht bewusst. Außerdem kennen sie keine geeigneten Übungen für die optimale Gestaltung dieser wichtigen Phase der Spiel- und Trainingsvorbereitung. Dieser Workshop soll helfen, diesem Phänomen Abhilfe zu schaffen.

Referent: Stefan Elsen

### **Workshop 5: Konditionsschulung im Tischtennis**

Was verbirgt sich unter dem großen Begriff der Kondition und warum sollte sie im TT geschult werden? Welche spielerischen Möglichkeiten gibt es zur Verbesserung der allgemeinen und TT-spezifischen Kondition. Wie sieht die Gestaltung eines Trainingsplans aus? Diese und andere Fragestellung sollen in dem Workshop aufgearbeitet werden.

Referentin: Andrea Hofmann

### **Workshop 6: Eine Trainingseinheit mit dem TTVR Nachwuchskader**

In diesem Workshop bietet sich den Teilnehmern die Möglichkeit, einmal an einer Trainingseinheit des TTVR Nachwuchskaders aktiv teilzunehmen. Wie ist ein Kadertraining aufgebaut, welche Ansprüche werden an die Teilnehmer gestellt? Wie sehen kurz-, mittel- und langfristige Trainingsplanung aus? Welche Anforderungen werden auch an Trainer und Umfeld gestellt?

Referent: Torsten Feuckert

17.15                        Abschlussdiskussion