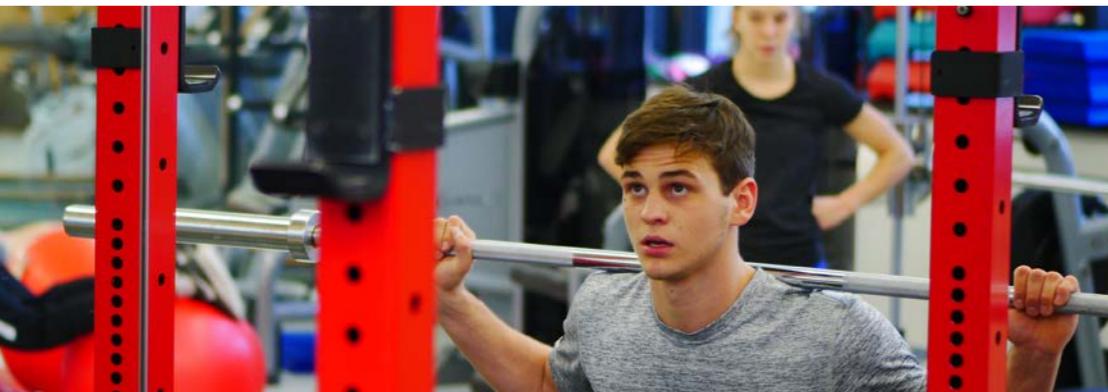


## Ausbildungsziele / Handlungsfelder

- Umfassende und sportartübergreifende Basisqualifizierung mit den Aufgabenschwerpunkten Planung, Organisation, Durchführung und Auswertung von Übungs- und Trainingseinheiten
- Leitung von Trainingseinheiten im Breiten- und Leistungssport für Nachwuchssportler, Einsteiger und Fortgeschrittene
- Allgemeine Vereinstrainer Tätigkeiten
- Arbeit als Trainer im Fitnessstudio
- Diese Instruktorausbildung berechtigt zur Teilnahme am Trainer/innen-Grundkurs und weiterführend zum Spezialtrainer für Athletik, Fitness und Koordination
- Allgemeine Inhalte dieser Instruktorausbildung werden für weitere sportartspezifische Instruktor/innen Ausbildungen angerechnet



### Ausbildungstermine

Die wesentlichen Kursinhalte werden während der Schulzeit am SportBORG/HAS im Rahmen des umfangreichen Sportkundeunterrichts behandelt und für die Instruktorausbildung anerkannt. Zusätzlich finden durch die BSPA noch 3 Kursteile (Anfang Februar, April, Juli), sowie eine Abschlussprüfung (Mitte September) statt. Die genauen Termine sind der BSPA-Ausschreibung jedes Jahr zu entnehmen. Die Termine werden in Zeiten mit wenig Schulanforderungen gelegt.

Es besteht 100% Anwesenheitspflicht.

### Ausbildungskosten

Die Teilnahme ist kostenlos. Fahrt- und Aufenthaltskosten, sowie Kosten für Lernunterlagen (Skripten) gehen jedoch zu Lasten der Teilnehmer/innen.

Alle Teilnehmer/innen werden gebeten das BSPA – Lehrbuch „Angewandte Trainingslehre. Eine Expertise der Bundessportakademie“ zum Vorzugspreis von 15,-€ (statt 34,- €) zu kaufen.



### Anmeldung:

Bis zum 31. Oktober des Vorjahres an

**Nachwuchsleistungssport Tirol**

Dipl. Sportwiss. Benjamin Lachmann

Telefon: +43 (0) 660/136 746 8

E-Mail: b.lachmann@nlst.at

Alle Informationen auch unter

[www.nachwuchsleistungssport-tirol.at](http://www.nachwuchsleistungssport-tirol.at)



**Ausbildung - Instruktorinnen  
und Instruktoeren**  
für SportBORG und SportHAS  
- Schüler/innen

## Ausbildung Instruktor/in für Fit - gesundheitsorientiertes und präventives Training

Die Bundessportakademie Innsbruck und Nachwuchssport Tirol veranstalten gemeinsam exklusiv für Sportschüler/innen des ORG für Leistungssportler/innen und für die Handelsschule für Leistungssport die Ausbildung Instruktor/in für Fit - gesundheitsorientiertes und präventives Training.

Die Sportschüler/innen bekommen die Sportkurstunden ihrer Schulzeit anerkannt und können damit die Ausbildung mit 74 Kursstunden (statt 150-230h laut Lehrplan) abschließen.



### Vorteile auf einen Blick

- Stark verkürzte Instruktorausbildung
- Sportkundeunterricht wird anerkannt
- Einstieg als Trainer mit gültiger Lizenz
- Grundlage für weitere, auch sportartspezifische Ausbildungen über die BSPA sind damit gelegt
- Sehr geringe Kosten
- Sehr gute Vorbereitung auf Matura- und Abschlussprüfungen

### Aufnahmebedingungen

- Zur Abschlussprüfung muss das 18. Lebensjahr vollendet sein
- Ausbildung ist nur für SportBORG- und SportHAS-Schüler konzipiert
- Nachweis eines gültigen Erste-Hilfe-Kurses
- Nachweis einer NADA-Lizenz (kann im Rahmen der Anti-Doping Präventionskurse in den Sportschulen online unter <https://lizenz.nada.at/> abgelegt werden)
- Nachweis an der Teilnahme der schulinternen Module „Ernährung und Sportpsychologie“ (wird bei der Kursanmeldung von Nachwuchssport Tirol bestätigt)
- Mindestteilnehmerzahl: 12

### Ausbildungsinhalte/Studentenafel

Nr.	Unterrichtsfach	Unterrichtsstunden
1	Religion (Ethik)	*
2	Deutsch (Kommunikation/Rhetorik)	*
3	Organisation des Sports	*
4	Betriebskunde & Recht	3
5	Geschichte des Sports	2
6	Medieneinsatz	4
7	Geräte- und Regelkunde	3
8	Sportbiologie (Belastungsverträglichkeit)	*
9	Sportpsychologie	*
10	Sportpädagogik und Sportmethodik	*
11	Angewandte Bewegungslehre & Biomechanik	13
12	Angewandte Trainingslehre	5
13	Dopingprävention	*
14	Seminar für Fachfragen	9
15	Praktisch-Methodische Übungen	35
16	Aktuelle Fachgebiete	*
17	Sportverletzungen und Maßnahmen	*

**GESAMT**

**74**

\* Inhalte aus Sportkundeunterricht bzw. anderer Fächer anerkannt