



LL ÜLG / 24-25

Ausbildung zum DSV - ÜL Grundstufe Skilanglauf = Trainer C Breitensport gemäß DOSB



nsv.nordic@gmail.com

Auskünfte Organisation:
Christian Schomburg
0176 - 96 12 22 90
nsv.skitour@googlemail.com

Auskünfte Lehrgangsinhalte:
Michael Wildenhayn
0178 - 40 20 158
mumwi@online.de

Tim Schoen
0176 - 45 75 29 47
fi.t@gmx.de

Allgemeine Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung:

- Vollendung des 16. Lebensjahres
- Keine gesundheitlichen Einschränkungen, die einer sportlichen Betätigung entgegenstehen
- Mitgliedschaft in einem Verein, der einem Landesskiverband angeschlossen ist

Weitere Voraussetzungen zur Teilnahme an den hier ausgeschriebenen Lehrgangsteilen 3 + 4 + 5 + 6: siehe Seite 2

- Alle Nachweise sind in Kopie mit der Anmeldung vor Beginn des Lehrgangs 4 einzureichen, spätestens jedoch vor Lehrgang 6 (Ausschlusskriterium).

Termin: 13. - 15.12.24 + 21. - 23.02.25 + 07. - 09.03.25 + 14. - 16.03.25

alternativ: 13. - 15.12.24 + 17. - 23.02.25 (LL 4 - 6 als Block)

Anmeldeschluss: 06.12.2024

Der Anmeldetermin ist verbindlich einzuhalten, um bei Nicht-Zustandekommen des Lehrgangs (Schneemangel, < 5 Teilnehmende) die Unterkunft fristgerecht stornieren zu können.

Voraussetzung für alle Kurse ist neben dem Erreichen der Mindestteilnehmerzahl, dass die Schneelage eine Durchführung zulässt. Über eine ggf. erforderliche Absage / Verlegung wird am Sonntag der Vorwoche (5 Tage vor Lehrgangsbeginn) entschieden. Die Teilnehmenden werden umgehend benachrichtigt.

Ausbildungsort: St. Andreasberg, Loipe Jordanshöhe / Richard-Schulze-Arena, Sonnenberg

Leitung: Michael Wildenhayn, NSV-Landeslehrteam Nordic

Organisation: Christian Schomburg, NSV-Landeslehrteam Nordic

Ausbilder*innen: NSV-Landeslehrteam Nordic (Michael Wildenhayn / N.N.)

Lehrgangsgebühren: **475 €** für NSV- / DSV-Vereinsmitglieder (**Vereinsstempel auf Anmeldeformular**)
(Lehrgangsgebühr incl. Prüfung, Zertifikat; gegenüber der Einzelbuchung der Lehrgänge 3 - 6 wird damit ein **Rabatt von 65 €** gewährt!)
zzgl. 110 € für das DSV-Lehrplan- und Leistungspaket, zahlbar an den DSV
zzgl. Kosten für Hotel incl. Halbpension (8 x Ü/HP = 540 €, zahlbar vor Ort)

Unterbringung: Berghotel Glockenberg, Am Glockenberg 1, 37444 St. Andreasberg
(www.berghotel-glockenberg.de)

Unterbringung in Doppelzimmern (ggf. vorheriger Corona-Eingangstest)

Versicherung / Haftung: Jede(r) Teilnehmende muss ausreichend versichert sein.

Der Veranstalter (NSV) lehnt jegliche Haftung bei Unfällen, Personen- oder Sachschäden ab.

Präsidium:

Jens Ackermann (Präsident)
Ulrich Leismann
Elea-Sophie Erdtmann
Mario Medico

Vereinsregister:

Amtsgericht Braunschweig
VR-Nr.: 110564
Finanzamt Goslar
Steuer-Nr.: 21/215/10014

Bankverbindung:

Volksbank im Harz eG, BIC: GENODEF1OHA
IBAN: DE23 2689 1484 0060 4941 00
Sparkasse Hildesheim Goslar Peine, BIC: NOLADE21HIK
IBAN: DE25 2595 0130 0000 0138 21





Die Gebühren für den Lehrgang in Höhe von **475 €** sind mit der Anmeldung zu überweisen auf das Konto des **NSV, Referat Nordic / AZ NSV Harz**

Volksbank im Harz eG, IBAN DE55 2689 1484 0060 4941 06

Verwendungszweck: **LL ÜLG 24-25 DSV-ÜLG gesamt / Name / Verein**

Ausrüstung: Skilanglauf-Klassisch- und Skating-Ausrüstung

Wetterangepasste Sportbekleidung incl. Wechselwäsche, Sonnenschutz, FFP2-Maske, Literatur, Schreibzeug, Thermoskanne, Snacks für Pausen, ...

Ausbildungszeiten: Anreise / Zimmerverteilung: Freitags von 17:00 - 17:45 Uhr

- Freitags: 18:00 - 18:15 + 19:45 - 22:30 Uhr (= 4 LE)
- Samstags: 09:00 - 12:00 + 13:30 - 15:45 + 16:30 - 18:00 + 19:30 - 21:45 Uhr (= 12 LE)
- Sonntags: 09:00 - 12:00 + 13:30 - 15:00 Uhr (= 6 LE)

Voraussetzungen für die Teilnahme an den Lehrgangsteilen 4), 5) und 6)

- **Nachweise über die erfolgreiche Teilnahme an den Lehrgangsteilen 1), 2) und 3)**

Die Nachweise (nicht älter als 4 Jahre) sind in Kopie mit der Anmeldung einzureichen bzw. **zu Beginn des Lehrgangs 4, spätestens 6** vorzulegen (Ausschlusskriterium).

- **Verbindliche Abnahme des DSV-Lehrplanpaketes Skilanglauf (sofern nicht vorhanden)**

bestehend aus DSV-Theorielehrbuch, DSV-Lehrplan Schneesport, DSV-Lehrplan Skilanglauf (digital) zum Paketpreis von ca. 54,90 € inkl. Versandkosten. Diese Kosten fallen zusätzlich zu den Lehrgangsgebühren an.

Die Bestellung erfolgt nach Anmeldung durch den NSV; Versand / Rechnung erfolgen direkt an die Teilnehmenden durch den DSV. Teilnehmende bestätigen mit ihrer Unterschrift auf der NSV-Anmeldung ihr Einverständnis, dass sie mit der Datenweitergabe an den DSV zum Versand des Lehrplanpaketes sowie der zugehörigen Rechnung einverstanden sind.

- **Verbindliche Abnahme des DSV-Leistungspaketes, bestehend aus DSV-Card, DOSB-Trainer-Lizenz** (kann nur an Vereinsmitglieder ausgestellt werden) und DSV aktiv Versicherung Basic (Laufzeit 1 Jahr). Es sind nur individuelle Online-Card-Beantragungen beim DSV Card Service möglich:

<https://www.deutscherskiverband.de/dsv-card-und-dosb-lizenz-erstantrag>

Die Beantragung des DSV-Leistungspaketes ist Voraussetzung für die Zulassung zur Prüfung DSV-ÜL Grundstufe / Trainer C Breitensport. Die Bestätigung des Online-Antrages dient als Nachweis und ist spätestens **zu Beginn des Lehrgangs 6** vorzulegen (Ausschlusskriterium).

Nach bestandener Prüfung wird vom DSV das Leistungspaket an die Teilnehmenden versandt und die Kosten (55 €; fallen zusätzlich zu den Lehrgangsgebühren an) werden in Rechnung gestellt.

Bei nicht bestandener Prüfung entstehen keine Kosten; der Antrag wird für eine evtl. Nachprüfung aufbewahrt.



Ausbildungsinhalte:

Umfang = 120 LE, davon 24 LE im Vorfeld + 88 LE vor Ort + 8 LE Heimstudium

in Anlehnung an: [Curriculum Nordic Skilanglauf 2020](http://www.deutscherskiverband.de/ausbildung_skiusnowboardlehrer_curriculum_de,446.html); als PDF unter www.deutscherskiverband.de/ausbildung_skiusnowboardlehrer_curriculum_de,446.html

- Heimstudium:**
- DSV-Übungshandbuch Skilanglauf – Lernen leicht gemacht. DSV, 2015; ISBN 978-3-938963-27-2, zu bestellen bei www.dsvaktiv-shop.de für 11,90 € (Artikel 3032B0)
 - Offizieller DSV-Lehrplan Skilanglauf (enthalten im DSV-Lehrplanpaket)
 - Offizieller DSV-Lehrplan Schneesport (enthalten im DSV-Lehrplanpaket)
 - DSV-Theorielehrbuch: Grundlagen für die Ausbildung zum Schneesportlehrer und -Trainer (enthalten im DSV-Lehrplanpaket).
- **Theorie:** - siehe Gliederung der Ausbildung zu den Lehrgängen LL 3 - 6
- **Praxis:** - siehe Gliederung der Ausbildung zu den Lehrgängen LL 3 - 6

Gliederung der Ausbildung:

1) Praktikum in einem Skiverein / bei einer anerkannten DSLV- oder DSV-Skischule (4 LE)

2) Theorielehrgang zur sportlichen Basisqualifizierung, z.B. LSB-Grundlehrgang (Modul C 30; umfasst 30 LE, von denen 20 LE als sportartspezifisch relevant anerkannt werden)

Details unter <https://bildungsportal.lsb-niedersachsen.de/angebotssuche>

Die erfolgreiche Teilnahme an einer Nordic walking (blading / snow shoeing) Trainer-Ausbildung des NSV / DSV wird als gleichwertig anerkannt.

3) Nordic-Lehrgang mit Theorie LL 3 / 24-25 vom 13. - 15.12.2024 (22 + 6 LE)

Schneelehrgang, in dem die Vermittlung grundlegender theoretischer und didaktischer Merkmale der Unterrichtung im Skilanglaufsport im Vordergrund steht: Lehren und Lernen in Theorie und Praxis am Beispiel der Klassik- und der Skating-Technik. Überprüfung des theoretischen Basiswissens, des Demonstrationskönnens und des Lehrvermögens zur Einschätzung der Eignung.

- **Theorie:** DSV nordic Philosophie, Sport und Gesellschaft, Sportorganisation, Sport - Recht - Sicherheit, Sportpädagogik / Sportpsychologie, Methodik / Didaktik, Bewegungslehre, Biomechanik, Trainingslehre (Einführung), Sportbiologie / Sportmedizin / Erste Hilfe, Risikomanagement, Ökologie (Einführung), Materialkunde
- **Praxis:**
- Kennenlernspiele, Schneegewöhnung, Übungen zum warm up / cool down / Dehnen
 - Grundlagen der klassischen Skilanglauftechnik (Diagonalschritt, Doppelstockschub, einfache Anstiegs- und Abfahrtstechniken, Spurwechsel)
 - Grundlagen der Skating-Technik (Schlittschuhschritt, Skating 2-1, Diagonalskating)
 - Methodik (Unterrichtsgestaltung, Korrekturverhalten)



- Zwischenprüfung in Lehrgang LL 3 / 24-25:

Zur Erlangung des Zertifikats / der Berechtigung zur Teilnahme an den Lehrgängen LL 4 - 6 der Ausbildung LL ÜLG / 24-25

- Theorie: - Klausur 45 min
- Praxis: - Demonstrationskönnen grundlegender Techniken in den Bereichen Skilanglauf Klassisch und Skating
- Lehreignung (Kurzlehrversuche, kurze Lehrprobe)

4) Schneelehrgang Klassisch mit Theorie LL 4 / 24-25 vom 21. - 23.02.2025 (22 LE)

Schneelehrgang zur Vermittlung detaillierter technischer und methodischer Merkmale des Skilanglauf-Unterrichts im Bereich der klassischen Technik sowie des zugehörigen Demonstrationskönnens.

- **Theorie:** - Spezielle Methodik / Didaktik für den Langlaufunterricht im Bereich Klassisch
- Bewegungsabläufe wichtiger klassischer Techniken, Technikverbesserung
- **Praxis:** - Techniken (Zielform) des klassischen Skilanglaufs (Diagonalschritt, Doppelstockschub, DSS m. ZS, Anstiegs- und Abfahrtstechniken, Spurwechsel und Richtungsänderungen)
- Übungsreihen zur Vermittlung der Techniken, Demonstrationskönnen, Korrekturen
- **Prüfung:** - entfällt, jedoch Vergabe von Halbtagesnoten für das Demonstrationskönnen

5) Schneelehrgang Skating mit Theorie LL 5 / 24-25 vom 07. - 09.03.2025 (22 LE)

Schneelehrgang zur Vermittlung detaillierter technischer und methodischer Merkmale des Skilanglauf-Unterrichts im Bereich der Skating-Technik sowie des zugehörigen Demonstrationskönnens.

- **Theorie:** - Spezielle Methodik / Didaktik für den Langlaufunterricht im Bereich Skating
- Bewegungsabläufe wichtiger Skating-Techniken, Technikverbesserung
- **Praxis:** - Techniken (Zielform) des Skatings (Schlittschuhschritt, Skating 2-1, Skating 1-1, Skating 2-1 m.a.A., Diagonalskating, Halbschlittschuhschritt, Seitenwechsel)
- Übungsreihen zur Vermittlung der Techniken, Demonstrationskönnen, Korrekturen
- **Prüfung:** - entfällt, jedoch Vergabe von Halbtagesnoten für das Demonstrationskönnen

6) Schneelehrgang mit Theorie und Prüfung LL 6 / 24-25 vom 14. - 16.03.2025 (22 + 2 LE)

Schneelehrgang zur Vermittlung und Prüfung der Lehreignung für den Skilanglauf-Unterricht im Bereich der klassischen und der Skating-Technik sowie des zugehörigen Demonstrationskönnens.

- **Theorie:** - Schneesport und Recht, Sportpsychologie, Trainingslehre, Planspiel zur Prävention sexualisierter Gewalt
- **Praxis:** - Schulen / Verbessern des Demonstrationskönnens wesentlicher Techniken (Bereiche Klassisch und Skating, außer Sportvarianten)



- Abschlussprüfung in Lehrgang LL 6 / 24-25:

- Theorie: - Klausur (60 min)
- Praxis: - Lehrprobe (15 min) zu Langlaufgrundlagen (Klassisch oder Skating)
 - Lehrprobe (20 min) zur Technikverbesserung (Skating oder Klassisch)
 - Das Demonstrationkönnen in den Bereichen Skilanglauf Klassisch und Skating wird im Rahmen der Lehrproben bewertet und durch die Halbtagesnoten der Lehrgangsteile 4 und 5 ergänzt

- **Lizenz:** Wird der Lehrgang erfolgreich absolviert und die Prüfung bestanden,
 - wird vom NSV eine entsprechende Teilnahmebescheinigung erstellt
 - erfolgt die Zusendung des DSV-Leistungspaketes (DSV-Card, DOSB-Trainer-Lizenz, DSV aktiv Versicherung Basic) durch den DSV.

gez. *Michael Wildenhayn*

Leiter NSV-Landeslehrteam Nordic / Leiter Ausbildungszentrum Nds. Skiverband Harz