



BDR - Otto-Fleck-Schneise 4 - 60528 Frankfurt



DIMB e.V. - Heisenbergweg 42 - 85540 Haar

TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

Denis Hartmann hat an der Aus-/Fortbildung "Fahrtechniktrainer Teil 1 - Basislehrgang" teilgenommen. Diese Fortbildung erfüllt die Voraussetzungen zur Verlängerung einer Übungsleiter- bzw. Trainer-C-Lizenz.

Ort: Stromberg, Rheinland-Pfalz
Termin: 14.05., 16.05.2014
Umfang: 30 UE (1 UE = 45 Minuten)
Kursleiter: Stefan Stark

Folgende Ausbildungsinhalte wurden vermittelt:

	Zeitansatz
Methodik	6 UE
<ul style="list-style-type: none">- Der "Rote Faden" - übergreifende Fahrtechniken- "Bewegungen sehen" - und erkennen- Feedback - Transfer zu Handlungsanweisungen	
Fahrtechnik - Demonstration und Videoanalyse	12 UE
<ul style="list-style-type: none">- Die Grund- und Aktivposition- Das Bremsen- Der Neigungswechsel- Die weite Kurve- Das Aufsteigen und Anfahren am Berg- Das Anhalten und Absteigen am Berg- Das lockere aktive Fahren	
Selbstbild Fahrtechnik	6 UE
<ul style="list-style-type: none">- Kurs im Fahrtechnikgelände mit Videoanalyse- Leitbildvergleich, Abweichungen erkennenSchwerpunkt: Bewegungsbeschreibung, Fehler erkennen	
Eignung zum FT-Trainer	4 UE
<ul style="list-style-type: none">- Begutachtung der Prüfkriterien- Fahren nach Leitbild	
Persönliches Feedback	2 UE
	Summe 30 UE

Dieser Lehrgang sensibilisiert das Verständnis für eine richtige Demonstration aktueller MTB-Fahrtechnik und schult das genaue Erkennen möglicher Abweichungen vom Sollbild. Zum Durchführen von Fahrtechnikkursen ist der anschließende Prüfungslehrgang zum Fahrtechniktrainer II (Schwerpunkt Didaktik) notwendig.

Dießen am Ammersee, 16.05.2014

Mathias Marschner
Bundeslehrteam Mountain Bike der DIMB - Ausbildungsleiter