

AUSSCHREIBUNG

Ausbildungslehrgang zum(r) Staatlich geprüften Erwachsenen Fit-LehrwartIn

Die Ausbildung zum/r Fit-LehrwartIn ist eine Basisausbildung für alle in Vereinen tätige ÜbungsleiterInnen und BetreuerInnen und solche, die es werden wollen. Außerdem stellt diese Ausbildung eine sehr gute Ergänzung zu allen Trainer- und Lehrwarteausbildungen dar. Die Ausbildung zielt vor allem auf jene Personen ab, denen Breiten- und Freizeitsport ein besonderes Anliegen ist.

Zielgruppe

Sportinteressierte Personen aus dem Breiten- und Leistungssport, die im gesundheitsorientierten Sport bereits arbeiten oder in Zukunft arbeiten wollen.

Wo kann ich mein Wissen einsetzen?

FitlehrwartInnen können ihr Wissen sowohl im Verein als auch in der ASVÖ-Sportjugend umsetzen. In weiterer Folge bietet die ASVÖ-Sportjugend Fortbildungslehrgänge für FitlehrwartInnen an.

Ziele der Ausbildung

Die wesentliche Zielsetzung ist nicht Kondition zu tanken oder gesund zu werden. Die TeilnehmerInnen werden zum „Lehrwart“ ausgebildet, d.h. sie sollen lernen, unter sportmethodischen, didaktischen und pädagogischen Gesichtspunkten zu agieren.

Ausbildungsinhalte

Theoretischer Unterricht: Erste Hilfe, Sportbiologie, Sport und Gesundheit, Ernährungslehre, Trainingslehre, Soziologie, Organisation des Sports in Österreich und des ASVÖ, Didaktik, Pädagogik, Methodik, Gruppendynamik, Kommunikation u.v.m.

Praktischer Unterricht: Nordic Walking, Spiele (mit und ohne Bällen, im Wasser, gruppensdynamische Spiele), Ausdauer- und Krafttraining, Skilanglauf, Aerobic, Stretching, Wirbelsäulentraining, Entspannungstraining, u.v.m.

Pro Tag werden ca. 10 theoretische und praktische Unterrichtseinheiten gehalten. Beim Unterricht ist Anwesenheitspflicht.

Ausbildungsziele

- ✓ Einer Gruppe auf Sportwochen, Schikursen, Vereinsveranstaltungen und ähnlichen Kursen freudvoll Bewegung vermitteln.
- ✓ Eine gesunde Lebensführung, in Hinblick auf gesunde Ernährung, Entspannungsübungen, Wirbelsäulentraining, gesundheitsorientiertes Krafttraining, Herz-Kreislauftraining, Stretching vermitteln können.

- ✓ In gängigen und modernen Volkssportarten wie Schilanglauf, Nordic Walking und Aerobic Basiswissen erwerben und weitergeben können.
- ✓ Aneignung von theoretischem Grundwissen in Trainingslehre, Bewegungslehre, Sportbiologie, Erste Hilfe und Gruppendynamik

Die Ausbildung erfolgt in 3 Abschnitten in Zusammenarbeit mit der BAfL-Wien (Bundesanstalt für Leibeseziehung).

Ausbildungstermine

- | | |
|-------------------------|---------------------------|
| 1. Teil: 2.-8.8.2009 | BSFZ Faak am See |
| 2. Teil: 26.-31.12.2009 | BSFZ Maria Alm/Hintermoos |
| 3. Teil: Ende Juli 2010 | BSFZ Faak am See |

Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung

- Alter: bei Kursabschluß (3. Teil) muss das 18. Lebensjahr vollendet sein
- Gesundheit – Nachweis durch ärztliche Bestätigung
- Gute konditionelle Basis
- sportliche Einstellung
- Übermittlung der Vereinsbestätigung

Kosten

1. Teil: € 218,-
2. Teil: € 218,-
3. Teil: € 218,-

Die gesamte Ausbildung kostet in Summe € 654,-. **Allen ASVÖ Mitgliedern wird nach positivem Abschluss der Prüfung (im 3. Teil) ein Betrag von € 218,- rückerstattet.** Die effektiven Kosten für **ASVÖ-Mitglieder** liegen daher bei **€ 436,-**.

Diese Kosten beinhalten Unterricht, Lehrunterlagen, Unterkunft im Mehrbettzimmer mit Vollpension. Für die Reisekosten müssen die TeilnehmerInnen zusätzlich aufkommen.

Vom ASVÖ wird für die Dauer der Kurse eine Haftpflichtversicherung abgeschlossen, nicht jedoch eine Unfallversicherung der Teilnehmer.

Anmeldeschluß ist der 20. Mai 2009

Anmeldung

Schriftlich mittels Anmeldeformular an:

Allgemeiner Sportverband Österreich
Dommayergasse 8
1130 Wien
Fax: 01 / 877 38 20-22
e-mail: agnes.kainz@asvoe.at

Nähere Informationen

erhältst Du im ASVÖ-Bundessekretariat bei Agnes Kainz unter der Tel.Nr. 01-877 38 20-15 oder per mail: agnes.kainz@asvoe.at