

<b>Ausbildungskonzept:</b>			
<b>Fachübungsleiter*in für Sportklettern an künstlichen Anlagen</b>			
(Stand: Dezember 2023)			
Themen	Inhalte	Umfang (Stunden)	
		Praxis	Theorie
<b>Seil- und Sicherungstechnik</b>		<b>8</b>	<b>1</b>
Sicherungstechnik	Wiederholung: Sicherungstheorie & -technik, Team-Setup, Partnercheck inkl. Selbstcheck, Seilkommandos, Gewichtsunterschied & Maßnahmen	0,5	0,5
Überprüfung Eigenkönnen	Vorstiegsklettern (6+ UIAA), Vorstiegssichern	1	-
Toprope & Vorstieg im Kurs	Falltraining, Eigenverantwortung TN, Prinzip Vorstiegsklettern & Vorübungen, Vorstiegssichern & Risikofaktoren, Vorstieg im Kursgeschehen, Lehrübungen	2,5	0,5
Sicherungs- und Sturztraining	Sturztraining im Kletterkurs	2	0
Seiltechnik	Umfädeln und Abseilen, Abbinden von Sicherungsgeräten	1,5	-
<b>Materialkunde</b>		<b>0</b>	<b>1</b>
Sicherungs- und Sturztraining	Sturzenergie und Kräfte in der Sicherungskette, Seiltypen, Seilverlauf und Reibung	-	0,5
Seiltechnik	Anforderungen an Fixpunkte, unterschiedliche Arten von Fixpunkten, Redundanz	-	0,5
<b>Methodik und Didaktik</b>		<b>4</b>	<b>2,5</b>
Toprope & Vorstieg im Kurs	Unterschiede von Veranstaltungen und Kursen, Falltraining, Gruppenorganisation, Eigenverantwortung TN,	1,5	0,5
Klettertechnik: Vermittlung Grundtechniken	Teilnehmerorientierung: Unterschiede lehrerzentrierte und schülerzentrierte Lehrmethoden	0,5	0,5
Wiederholung & Rückmeldungen	Teilnehmerorientierte Wiederholung, Feedback	1,5	1
Ausbildungsrepetitorium	teilnehmerorientierte Wiederholung, offene Themen, Fragen & Antworten	0,5	0,5

<b>Klettertechnik</b>		<b>9</b>	<b>3,5</b>
Klettertechnik: Vermittlung Grundtechniken	Treten & Steigen, Greifen, Positionierung Körperschwerpunkt, Klettertechnik für Kinder, Technikübungen	1	0,5
Klettertechnik und Routenklettern	Grundtechniken erweitert, MÜR eingedrehte Körperposition, Schulterzüge, Routenklettern: Technikanwendung & Taktik	2	0,5
Klettertechnik und Bouldern	Sicherheit beim Bouldern, Boulderkurse, spezielle Techniken, dynamische Standardbewegung, Technikübungen	2,5	1
Techniktraining: Bouldern	Techniktrainings, Technikanalyse und -verbesserung, Standardboulder, Verbesserung & Rückmeldungen, Eigenkönnen Bouldern	3,5	1,5
<b>Gesundheit und Verletzungsprophylaxe</b>		<b>6</b>	<b>3,5</b>
Verletzungen und Überlastungsschäden & Workshop Tapen	anatomische Grundlagen, typische Verletzungen und Überlastungsprobleme beim Klettern, Dos und Dont's im Kinder- und Jugendtraining, Praxis Tapen	1	1
Ausgleichs- und Ergänzungstraining	Aufwärmen, Schulterkoordination, Dehnen, Mobilisieren, Kräftigung	4	2
Klettertechnik und Bouldern	Aufwärmen, Sicherheit beim Bouldern, MÜR: Abspringen, Landen & Abrollen	1	0,5
<b>Bewegungs- und Trainingslehre</b>	Faktoren der Kletterleistung, konditionelle Fähigkeiten, Trainingsprinzipien, Bewegungslehre und -analyse, Grundlagen Standardbewegung	<b>1,5</b>	<b>1,5</b>
<b>Organisatorische Aspekte</b>	Kennenlernen in Gruppen, Niveauüberprüfung Teilnehmende, Struktur von Basis und Auffrischkursen, Literaturvorstellung, Kursorganisation, Tagesabschlüsse	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>
<b>Prüfungen</b>	Schriftliche Theorieprüfung, Lehrauftritte, Nachbesprechung & Rückmeldungen	<b>5</b>	<b>1,5</b>
<b>Praktikum</b>	Praktikum im Kursgeschehen	<b>10</b>	-
<b>Gesamt</b>		<b>45</b>	<b>15</b>